Derechos Humanos y Salud Mental.

FEAFES Salud Mental EXTREMADURA

Aproximación a la Perspectiva de Derechos Humanos en Primera Persona.

Derechos Humanos y Salud Mental.
Aproximación a la Perspectiva de Derechos Humanos en Primera Persona.

Elaborada por **Feafes Salud Mental Extremadura**, año 2020.
Equipo de redacción:
Inmaculada Valero Almagro. Dirección técnica y Observatorio de Salud Mental de Feafes SM Extremadura.
Antonio Lozano Sauceda. Observatorio de Salud Mental de Feafes SM Extremadura.
Lourdes García Vega. Educadora Social de Feafes SM Extremadura.
Colaboración:
Comité “En Primera Persona”.
Red Regional de Mujeres en Salud Mental.

Programa Promoción de la Autonomía y Prevención de la Exclusión en Salud Mental.
“Subvencionado por la Junta de Extremadura con cargo a la asignación tributaria del I.R.P.F. - Por solidaridad otros fines de interés social."

Índice

Presentación 4

Introducción. 6
Discriminación y exclusión.
Igualdad y participación, ¿es posible?

Derechos Humanos y Discapacidad. 10
Convención de Naciones Unidas sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad.
Normativa estatal, análisis de la realidad.
Conociendo los derechos de las personas con discapacidad psicosocial.

Vulneración de Derechos. 16
Principales vulneraciones en Salud Mental.
Ideas de cómo actuar.

En defensa de los Derechos 26
¿Qué hacer para defender tus derechos?
Conociendo los recursos de protección.

Derechos en Primera Persona 32
Conclusiones del Movimiento Asociativo.
Conclusiones Foro Curso Derechos Humanos y Salud Mental.

Bibliografía 39

Presentación

En pleno siglo XXI la defensa de los derechos fundamentales de las personas con dificultades en salud mental y sus familias sigue siendo una necesidad, prueba evidente de que como sociedad no hemos sido capaces de erradicar el estigma y rechazo social que desde tiempos ancestrales acompañó y acompaña aún a este colectivo.

Por otro lado, esta misma sociedad trata de conseguir mayores cuotas de libertad, calidad de vida y justicia social poniendo el énfasis en los colectivos más vulnerables, desarrollándose, en este proceso, un sin fin de organizaciones de carácter civil, a la par de todo un amplio marco legislativo de carácter universal que apuntan hacia una sociedad más justa e igualitaria.

Conviene distinguir entonces que la Declaración Universal de Los Derechos Humanos ha supuesto un hito y es la punta de lanza de todos los movimientos sociales, pueblos y naciones que se esfuerzan en avanzar.

Cabe concluir que, como movimiento asociativo, esta Federación Regional de familiares y personas con dificultades en salud mental, Feafes Salud Mental Extremadura, lleva implícita, en su razón de ser, la defensa de estos derechos al considerarlos propios, personales e intransferibles.

Así, como movimiento representativo consideramos necesario presentar ahora esta guía de “Aproximación a la Perspectiva de Derechos Humanos en Salud Mental” con la intención de avanzar, informar y concienciar a quienes entiendan que la tarea aún no está terminada y que siendo compartida, llegaremos más lejos.

Observatorio de Salud Mental de Feafes Salud Mental Extremadura.

Introducción

"La sociedad se ha construido sin tener en cuenta a las personas con discapacidad".

Ser conscientes de esto es un paso fundamental, pues implica reconocer que la exclusión ya no se debe a la discapacidad, sino que la exclusión o la inclusión dependen de que los entornos sean más o menos participativos y respetuosos con las diferencias.

Analicemos qué es lo que ocurre con las personas con discapacidad psicosocial y por qué es uno de los colectivos más vulnerables.

La imagen social de las personas con un diagnóstico de trastorno mental está configurada por falsas creencias y estereotipos que llevan al estigma.

Esta imagen errónea causada por la desinformación y el desconocimiento hace que la sociedad sienta y actúe de forma discriminatoria hacia ellas.

Esa discriminación supone una situación de exclusión en muchas esferas de sus vidas impidiendo que participen de forma efectiva en la sociedad, en igualdad de condiciones que todas las demás.

La sociedad percibe esta situación de exclusión como derivada de "un diagnóstico", cuando en realidad son las *"barreras sociales"* las que impiden su participación real y efectiva.

ESTÁ PASANDO…

Una mujer con discapacidad psicosocial que se plantea ser madre, generalmente suele ser disuadida por su entorno más cercano e incluso, a veces, por los profesionales de los recursos a los que acude.

Aún es difícil entender y aceptar que una persona se deba ausentar del trabajo para recibir un tratamiento por motivos de salud mental. Se suele simplificar el problema de salud, restándole importancia. La persona puede ser tachada de vaga, descarada... etc.

Igualdad y Participación ¿es posible?

Para que la Igualdad y la participación sea efectiva en el ámbito de las personas con discapacidad, requiere de mecanismos específicos que la posibiliten y desarrollen, como…

ACCESIBILIDAD

Todo puede ser utilizado por todos/as.

AJUSTE RAZONABLE

Las adaptaciones que precisa no suponen una carga desproporcionada.

DISEÑO UNIVERSAL

Se proyecta en su origen para que todos/as puedan utilizarlo.

No solo los entornos, espacios, edificios o estructuras arquitectónicas deben ser accesibles. La Accesibilidad es más amplia...

objetos *bienes* *productos*

SERVICIOS **procesos**

comunicación **DISPOSITIVOS**

actividades *herramientas*

etc.

Hablar de Accesibilidad para las personas con discapacidad psicosocial es, por ejemplo,...

- Facilitar el acceso a un trabajo a través de la reserva de plazas.
- Informar de manera comprensible acerca del tratamiento farmacológico que reciben.
- Proporcionar apoyo para mantener un trabajo.
- Acompañar en tareas del día a día que se les hagan difíciles.

Derechos Humanos

"Todos los seres humanos nacen libres en dignidad y derechos." Declaración Universal de los Derechos Humanos, art.1.

Los derechos humanos son universales, políticos, civiles, económicos, sociales y culturales. Pertenecen a todos los seres humanos, incluyendo a las personas con distintas capacidades.

Las personas con discapacidad deben gozar de sus derechos y libertades fundamentales en términos de igualdad con las demás en sociedad, sin discriminación de ningún tipo.

¿Esto se cumple con las personas con discapacidad psicosocial?

Las personas con problemas de Salud Mental son objeto de discriminación generalizada, de exclusión social, de estigma y, en muchas ocasiones, no se respeta su autonomía, voluntad y preferencias.

Nuestro colectivo forma parte de un grupo poblacional con altos niveles de exclusión social: las personas con discapacidad.

Para proteger los derechos de estas personas fue necesario crear de forma explícita un instrumento de defensa: "La Convención de Naciones Unidas sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad".

Convención de Naciones Unidas sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad:

La Convención no establece ningún derecho nuevo para las personas con discapacidad; más bien profundiza en lo que significan los derechos humanos existentes y aclara las obligaciones de los Estados partes de proteger y promoverlos.

Para garantizar un entorno propicio en el respeto a los derechos de las personas con discapacidad, la Convención incluye también artículos sobre la toma de conciencia, la accesibilidad, las situaciones de riesgo y emergencias humanitarias, el acceso a la justicia, la movilidad personal y la habilitación y rehabilitación, entre otros.

Fue elaborado por profesionales en colaboración con personas de distintas capacidades y sus familiares.

El tratado se firmó por más de 170 países y contiene 50 artículos que sientan las bases para la inclusión y completa ciudadanía de las personas con discapacidad incluidas, lógicamente, las que tienen problemas de salud mental.

Tras su ratificación por España y posterior entrada en vigor en 2008, este Tratado es de obligado cumplimiento en nuestro país. Sin embargo, el movimiento asociativo Feafes Salud Mental considera que todavía queda mucho para que se garantice el cumplimiento efectivo para personas con discapacidad psicosocial.

El enfoque de los derechos que defiende la Convención sigue sin aterrizar en las leyes y políticas públicas de España.

EJEMPLO DE LEYES QUE SE INCUMPLEN…

- **La Ley 41/2002 de Autonomía del Paciente.**

La legislación española protege el derecho de los pacientes "a decidir libremente después de recibir la información adecuada entre las opciones clínicas disponibles", sabemos que en la mayoría de los casos el consentimiento informado es inexistente.

- **Ley General de derechos de las personas con discapacidad y su inclusión social.**

En su artículo 42.1, aquellas empresas públicas y privadas que emplean a 50 o más trabajadores están obligadas a que, al menos, el 2% de éstos tengan el certificado de discapacidad (porcentaje de discapacidad igual o superior al 33%).
No se obliga a las empresas a cumplirlo. En 2020 el Comité Español de representantes de Personas con Discapacidad – CERMI, ha propuesto en el Parlamento que no se conceda ninguna ayuda a las empresas que no cumplan con la cuota mínima legal de reserva de puestos de trabajo para personas con discapacidad.

EJEMPLO DE LEYES OBSOLETAS Y EN CONTRA DE LA CONVENCIÓN…

- **El Código Penal.**

En su artículo 156, regula la esterilización en nuestro país. Prevé la esterilización en el caso de personas "que de forma permanente no puedan prestar en modo alguno el consentimiento". Más de 100 personas con discapacidad son sometidas a esterilizaciones forzosas al año en España.
Actualmente, se está tramitando en el Parlamento español la proposición de ley que suprime el párrafo 2 de este artículo.

- **Ley Orgánica del Régimen Electoral General (LOREG).**

Reformada "por fin" en 2019, para garantizar el derecho de sufragio de todas las personas con discapacidad.

En la actualidad, el Gobierno está trabajando en un anteproyecto de ley para avanzar en la inclusión de las personas con discapacidad y su capacidad de decisión: elimina la tutela, la patria potestad prorrogada y rehabilitada y sustituye la incapacitación por "apoyos". El anteproyecto incluye reformar varias leyes, como el Código Civil o la del Registro Civil.

Con esta reforma España avanzará en la implementación de la Convención de los Derechos de las Personas con Discapacidad.

Conociendo los Derechos de las personas con discapacidad.

Algunos Derechos son…

Igualdad y no discriminación. Todas las personas son iguales ante la Ley. Pueden heredar, tener propiedades, controlar economía, …

Derecho a la vida y a su disfrute.

Acceso a la justicia en igualdad de condiciones sin que puedan ser excluidas de los procedimientos judiciales.

Acceso a la libertad y seguridad de la persona, no pueden ser privadas de la libertad sin motivo, injusta y arbitrariamente.

Derecho a la protección contra la tortura y el trato inhumano. Ninguna persona será humillada.

Derecho a la protección contra la explotación, la violencia y el abuso. Tendrán servicios de protección.

Derecho a vivir con independencia y a formar parte de la comunidad. A elegir con quién vivir y dónde. Disponer de los mismos servicios que los demás, instalaciones adaptadas y acceso a todos los lugares y a la información.

Derecho a expresarse, opinar con libertad.

Derecho a la privacidad, a proteger su honor y su reputación.

Derecho al respeto al hogar y a la familia. Pueden tener relaciones sexuales, casarse y tener hijos si lo desean.

Derecho a la educación a lo largo de su vida. Pueden aprender las habilidades que les permiten desarrollarse y vivir en comunidad.

Derecho a la salud. Tendrán programas y atención sanitaria.

Derecho al trabajo.

Derecho a la habilitación y rehabilitación. Contarán con programas sociales, educativos, laborales y sanitarios que les capaciten.

Derecho a un nivel de vida adecuado y a la protección social, a una vivienda digna, una alimentación adecuada y un vestido apropiado.

Derecho a participar en la vida política y en la vida pública. Pueden votar, participar en ONG y en partidos políticos.

Derecho a participar en la vida cultural, las actividades recreativas, el esparcimiento y el deporte. Dispondrán de formatos accesibles.

Vulneración de Derechos

Se entiende que se vulneran nuestros derechos cuando se limita el pleno ejercicio de los mismos reconocidos por la Convención de la ONU.

A menudo, las violaciones de derechos son el resultado de prácticas erróneas o de políticas o leyes que no se han aplicado de forma adecuada.

En otras ocasiones, las violaciones de los derechos humanos ocurren sin ninguna intención de causar daño y sin que exista conciencia. Por ello esta situación de vulneración de derechos se da en muchas esferas de sus vidas, incluida la que se relaciona con la atención que reciben en los servicios públicos de salud y apoyo social.

"Las relaciones verticales de poder de algunos profesionales están asociadas a la vulneración de derechos hacia las personas con Discapacidad Psicosocial".

Esta situación se ve agravada por la falta de denuncias ya que:

- En la mayoría de los casos la persona que lo sufre no tiene conciencia de que se están vulnerando sus derechos.
- Existen especiales barreras para acceder a la justicia.
- Carecen de una cultura de denuncia.
- Falta de credibilidad.
- No denuncian para evitar el propio sufrimiento que conlleva recordar esa injusticia.
- A veces la denuncia se percibe como "rebeldía", "manifestación de síntomas", "ataque al recurso o a los profesionales", etc.

"La falta de denuncias hace que exista gran invisibilidad sobre la vulneración de los derechos en salud mental".

Vulneraciones en Salud Mental.

Las personas con discapacidad psicosocial o problemas de salud mental se enfrentan a una variedad alarmante de abusos de derechos en nuestro país.

¿Cuáles son las principales vulneraciones?

Vulneración de derechos en relación a la MATERNIDAD Y PATERNIDAD

- Esterilizaciones forzosas. Las sufren un centenar de personas con discapacidad al año en España.
- Abortos coercitivos.
- Perdida de la custodia de los hijos/as.
- Denegación del certificado de idoneidad para adoptar.
- Se desaconseja de forma expresa la maternidad/paternidad.
- Falta de apoyo y seguimiento en caso de embarazo.
- Ideario común y extendido sobre todo de ser “malas madres”.

“Un problema de salud mental ni te define ni tiene nada que ver con ser buena o mala madre.”

Vulneración de derechos en relación al TRATAMIENTO FARMACOLÓGICO

El Tratamiento farmacológico supone una vulneración de derechos cuando se suministra de manera:

- Excesiva: sobremedicación.
- Obligatoria, forzosa, sin autorización. No se respeta la autonomía, voluntad y preferencia.
- Sin información.
- Con el fin de enlentecer, obnubilar para facilitar el trabajo de los profesionales. Contención farmacológica.

Vulneración de derechos en relación a la SALUD

El estado de salud de las personas con discapacidad psicosocial se ve afectado negativamente por vulneraciones como:

- Diagnostic overshadowing: atribución errónea de síntomas físicos a su problema de salud mental. No se realizan las pruebas pertinentes a su dolencia.
- Derivación a psiquiatría sin filtros al acudir a urgencias.
- No se proporciona información sobre las interacciones con otros medicamentos o sobre efectos secundarios.

Vulneración de derechos en relación a la VIOLENCIA DE GÉNERO

Existe una mayor probabilidad de sufrir violencia de género en mujeres con problemas de salud mental (el 75% lo han sufrido) puesto que:

- Existen barreras que impiden el acceso a los recursos destinados a las mujeres víctimas de violencia de género.
- Falta de credibilidad en sus testimonios.
- En algunas ocasiones no se actúa para no descompensar (no agravar).
- Invisibilidad de los efectos psicológicos de la violencia de género.
- Con frecuencia se dan situaciones de abuso sexual y otro tipo de violencia en lugares de custodia de personas con problemas de salud mental.

Vulneración de derechos en relación a la INCAPACITACIÓN

La incapacitación jurídica es una vulneración de derechos cuando:

- Se abusa de ella.
- Se dificulta la posibilidad de revertirla (posibilidad legalmente reconocida que rara vez se contempla).

Vulneración de derechos en relación a la SEXUALIDAD.

Algunos medicamentos producen falta de deseo y disfunción sexual; esto se puede convertir en una vulneración de derechos cuando hay:

- Inexistencia de información sobre los efectos secundarios de la medicación.
- Ausencia de escucha profesional sobre aspectos relacionados con la impotencia y la fertilidad.
- Consideración de seres asexuales. La sexualidad es un tema tabú.
- Resistencia por parte de los profesionales de salud mental a que dejen la medicación para recuperar la libido.

Vulneración de derechos en relación a la SUICIDIO

El suicidio es la primera causa de muerte no natural en nuestro país y se estima que entre el 65% y el 95% de éstos están relacionados con los problemas de salud mental. Es una vulneración de derechos:

- La falta de medidas para prevenir el suicidio.

"Es una realidad evitable. El suicidio se puede prevenir"

Vulneración de derechos en relación a la EMPLEO

Existe una elevada tasa de desempleo de las personas con problemas de salud mental. El 84% están desempleadas. Se vulneran los derechos puesto que se producen:

- Despidos.
- Exclusión de procesos de selección.
- Discriminación, incluso en empleos reservados para personas con discapacidad.
- Dificultades para encontrar un entorno laboral abierto, inclusivo y accesible.
- Falta de medidas para acceder y mantener un empleo (adaptación de puesto a sus necesidades).
- Estigma como resultado de estereotipos y prejuicios mantenidos.

Vulneración de derechos en relación a las MEDIDAS COERCITIVAS

Se refiere a aquellas medidas adoptadas con la finalidad de controlar y reducir conductas peligrosas hacia sí mismo o hacia los demás.
Actualmente entre las medidas y tratamientos coercitivos “legales o formales” se incluyen:

- Tratamientos involuntarios.
- Contención.
- Aislamiento terapéutico.

Tratamientos Involuntarios.

En España se contemplan dos formas de tratamientos que se realizan de manera forzosa y en contra de la voluntad de la persona:

Ingresos Involuntarios.
En ocasiones los internamientos se producen contra la voluntad de las personas, por orden del juez. A veces de manera abusiva “por si se pone peor”.

TAI Tratamiento Ambulatorio Involuntario
Se trata de una medida judicial para forzar a personas con discapacidad psicosocial a seguir un tratamiento o asistencia comunitaria. En ocasiones se utiliza como condición para salir de un internamiento involuntario y otras como condición para no ser internado.

Ambas formas de tratamiento involuntario suponen una vulneración de derechos puesto que existe:

- Medidas impositivas.
- Escasez de información con garantías de compresión.
- Falta de información sobre sus derechos.
- Falta de acceso a asistencia jurídica y representación.

Contención.

La contención puede ser:

Contención mecánica.
Consiste en atar a una persona a la cama con correas, sujetándola de la cintura, muñecas y tobillos, para impedir que se mueva libremente.

Contención farmacológica.
Consiste en suministrar fármacos que sedan a las personas.

Es una vulneración de derechos en toda regla:

- La persona puede permanecer atada durante horas o incluso días dependiendo de la decisión del personal sanitario.
- Puede causar daños psicológicos, hematomas, fracturas, atrofia muscular, coma, asfixia por aspiración, problemas dérmicos y respiratorios, deshidratación, incontinencia, autolesiones y muerte.
- Destruye la confianza en el sistema de salud mental.
- Efectos secundarios de los fármacos suministrados sin consentimiento.

Aislamiento Terapéutico.

Se trata de una medida de castigo, control y poder que consiste en el confinamiento involuntario de una persona en una habitación a solas. Conlleva una experiencia traumática para quien lo sufre.

También se dan casos de restricción de acceso al aire libre, impedimento a la participación en actividades externas, aislamiento telefónico.

Vulneración de derechos en relación a los RECURSOS SOCIOSANITARIOS

Algunas vulneraciones denunciadas en los recursos sociosanitarios son:

- Consentimiento informado inexistente o no adecuado a la persona.
- Inexistencia de voluntades anticipadas.
- Normas inflexibles orientadas a facilitar el trabajo de personal (horarios, vestimentas).
- Participación en investigaciones sin consentimiento.
- Carácter obligatorio de trabajos no remunerados y su uso como herramienta terapéutica.
- Inexistencia o inadecuación de espacios privados e íntimos.
- Uso ilimitado de cámaras de vigilancia sin información y/o consentimiento.
- Acceso ilimitado de los profesionales a determinados espacios, por ejemplo, baños, sin permiso y a la información personal del usuario.
- Restricciones injustificadas en el uso de teléfono, ordenador, visitas.
- Abuso físico y sexual.
- Opinar, quejarse o enfadarse se ve como un estado de agitación.
- Limitación en el acompañamiento, apoyo y participación de familiares.

En defensa de los Derechos

> “La clave para defender tus derechos es el empoderamiento”.

En Salud Mental es prioritario fomentar acciones que desarrollen al máximo la participación real y activa de las personas con experiencia propia y las familias, sobre todo cuando hablamos de la defensa de sus propios derechos.

¿Qué es el empoderamiento?

El empoderamiento se refiere al nivel de elección, influencia y control que las personas ejercen en las situaciones que acontecen en sus vidas.

El proceso de empoderamiento en Salud Mental conlleva vencer una situación de impotencia y adquirir control sobre la propia vida.

Las personas con discapacidad psicosocial y sus familias tienen que poder expresar sus preocupaciones e ideas.

¿QUÉ PUEDES HACER PARA DEFENDER TUS DERECHOS?

1. “Tienes los mismos derechos”. Lee esta afirmación y créetela.
2. Conoce tus derechos y recuérdalos cuando sea necesario.
3. Identifica las situaciones de discriminación o vulneración de derechos.
4. Conoce los recursos de protección.
5. Actúa en defensa de tus derechos.

Conociendo los recursos de protección.

"Alerta Estigma" del Observatorio de Salud Mental de Feafes SM Extremadura

Es una herramienta de recogida de información, de participación ciudadana, de análisis y detección de situaciones de vulnerabilidad de derechos que interviene de forma práctica y directa a través del Programa #AlertaEstigma.

¿Qué es un #AlertaEstigma? Es una intervención o conjunto de intervenciones relacionadas con una situación de vulneración de derechos o de tratamiento estigmatizante relacionado con la salud mental.

Si eres conocedor/a de una situación estigmatizantye y/o que vulnere los derechos de las personas con problemas de salud mental y sus familias "haz un #AlertaEstigma" contactando con nosotros a través de correo:
info@feafesextremadura.com

O llamando al 682 632 100.
También personalmente o escribiendo una carta por correo postal a:
C/ San José nº49B de Almendralejo – 06200

OBSERVATORIO de Salud Mental

ALERTA ESTIGMA

Entidades Feafes

Como usuario/a de los recursos y servicios de las entidades Feafes puedes dar a conocer una situación donde se vulneren tus derechos a través de los profesionales o buzones de sugerencias de las asociaciones. Aquí encontrarás apoyo y asesoramiento.

Defensor de los usuarios/as

Es una institución que tiene por misión la defensa de los derechos y libertades de los usuarios de la Sanidad Pública de Extremadura.

Para exponer una queja relacionada con la atención sanitaria descarga la solicitud en la web: https://saludextremadura.ses.es/defensorausuarios/inicio

Cumpliméntala y envíala al correo: defensor.usuarios.sspe@salud-juntaex.es

Defensor del pueblo

Cualquier ciudadano puede acudir al Defensor del Pueblo y solicitar su intervención, que es gratuita, para que investigue cualquier actuación de la Administración pública española o sus agentes, presuntamente irregular.

Se solicita descargando el formulario en la página web: https://www.defensordelpueblo.es/

Una vez cumplimentado se envía por correo electrónico: registro@defensordelpueblo.es

También puedes rellenar el Formulario Online en la página web.

Oficina para la defensa de los derechos de las personas con discapacidad de Extremadura

Puede realizar una queja toda persona que tenga conocimientos de comportamientos lesivos de derechos e intereses y ponga de manifiesto situaciones dignas de amparo de las personas con discapacidad con residencia en Extremadura.

Puede presentarse vía correo ordinario o personándose en la oficina situada en: Plaza de Santa María 5. Apartado de correos 84. 06100, Olivenza. También por teléfono: 924491914

Existe la posibilidad de rellenar un formulario online, para ponerles en conocimiento, en: http://www.futuex.es/index.php/presentar-queja pulsar para el formulario.

App para móviles "En defensa propia"

El Comité Español de Representantes de Personas con Discapacidad (Cermi) ha lanzado esta aplicación concebida y diseñada para denunciar las vulneraciones de derechos, de todo tipo, que sufren las personas con discapacidad y sus familias.

Puede descargar la aplicación a través de Play Store.

Consentimiento informado

Es un derecho reconocido en la Ley de Autonomía del Paciente. Implica que el profesional debe proporcionar información escrita y verbal a la persona en un lenguaje y formato que la persona lo entienda, y después solicitar su autorización, o rechazo, a someterse a una intervención, procedimiento, tratamiento o investigación.

El Modelo de Decisiones Compartidas (que en la actualidad no está implantado) ve a la persona como "Paciente Activo", es decir que participa en todo el proceso, se le informa y se le tiene en cuenta para tomar las decisiones.

Solicita a los profesionales que te atienden acogerte a este recurso.

Planificación anticipada de decisiones o voluntades anticipadas

Se trata de un instrumento para proteger el derecho de la persona a su autonomía, incluso en las situaciones que le impidan decidir por sí misma. Permite que la persona exprese sus preferencias y deseos relacionados con la atención de modo anticipado a una situación de crisis.

El documento que recoja esta planificación anticipada se registrará en el historial clínico electrónico de la persona.

Solicita a los profesionales que te atienden acogerte a este recurso.

Asistente personal

La Ley de Dependencia contempla la asistencia personal como una prestación más y es, además, prácticamente la única que impulsa la autonomía.

Apoya, acompaña y ayuda en las tareas de la vida diaria para posibilitar, entre otras cosas, la incorporación de la persona al mundo laboral, a la educación y al ocio, lo que le permite estar en situación de igualdad de oportunidades con el resto de la ciudadanía y llevar un proceso de inclusión social adecuado.

Guarda de hecho

Situación en la que una persona desempeña las funciones de velar y proteger sin haber sido nombrado judicialmente a tal efecto. Si bien la autoridad judicial puede requerirle información y establecer los medios de vigilancia y control oportunos.

Tiene la función tutelar sin la previa formalización judicial típica de la tutela o curatela. Tiene carácter temporal.

Derechos en Primera Persona

Conclusiones del Movimiento Asociativo Feafes Salud Mental en Extremadura

Existe en la mayoría de las comunidades autónomas un movimiento asociativo que ha sido decisorio en la evolución y la mejora de la salud mental, no sólo como individuos con necesidades de apoyo, también como organizaciones no gubernamentales y estratégicas, que **han ejercido un doble papel:**

- Por un lado, **reivindicativo** de la mejora, el trato más digno, humanitario y la defensa de los derechos humanos.
- Por otro lado, **gestores y colaboradores** con los poderes públicos para la creación de nuevos modelos de atención.

En este sentido **el papel del movimiento asociativo Feafes Salud Mental Extremadura** en nuestra región ha sido crucial para poner a andar el modelo de atención comunitario y crear la red de recursos y programas para la atención a las personas con trastorno mental de la que hoy disponemos, que sin ser aun suficiente nos permite avanzar en la creación de proyectos de vida con resultados evidentes.

Mantener inalterables los derechos humanos de este colectivo, humanizar la atención y todos los procesos y procedimientos implicados y mejorar la salud mental de la población extremeña podría sostenerse en los siguientes pilares:

La práctica profesional en Salud Mental debe pasar por la humanización de las competencias y el trato de los profesionales.

Es evidente que el papel del profesional ha cambiado y debería seguir cambiando. Es necesario, en la formación y en la práctica profesional, incluir e impulsar actitudes profesionales humanitarias que dignifiquen la atención, reconozcan el papel de las personas como expertos también y en primera persona, para que el profesional pase a ser facilitador de proyectos de vida, donde el papel principal lo juegan las personas con problemas de salud mental.

Es imprescindible "humanizar el trato" para mejorar el tratamiento.

"... es evidente la necesidad, e incluso nos atrevemos a decir que, con carácter de urgencia, de humanizar la atención a la salud mental..."

La **Ley General de Sanidad** del año 1986, donde en su artículo tercero y capítulo veinte, legislaba claramente que **la atención deberá ser en la comunidad**, sentenció el papel y los días de los hospitales psiquiátricos.

Es necesario seguir trabajando en un modelo que garantice los derechos humanos, donde **la recuperación, la participación activa y el derecho a la ciudadanía universal sea la visión compartida de todos los agentes e instituciones implicadas.**

"Destaco la apuesta acertada en lo referente a la participación activa de las personas en primera persona y de sus familiares".

Conclusiones de Personas con experiencia propia en Salud Mental

Extraídas de los Foros del Curso
"Derechos Humanos y Salud Mental"
organizado por Feafes Salud Mental
Extremadura
Año 2020

Durante este año 2020, hemos impartido el Curso “Derechos Humanos y Salud Mental” dirigido a las personas componentes del Comité “En Primera Persona” y a la Red Regional de Mujeres de Feafes Salud Mental Extremadura.

En el desarrollo del curso se organizaron tres foros a través de videoconferencia en el que participaron quince alumnos/as. Este foro permitió a los/as participantes reflexionar sobre sus derechos, compartir situaciones vividas y hacer propuestas de mejora.

Es una responsabilidad de esta Federación compartir esta experiencia formativa, difundiendo las conclusiones generales extraídas.

Casi la mitad de los/as participantes en el foro manifestaron no haber vivido nunca una experiencia de discriminación aunque, a medida que el grupo iba desgranando situaciones de vulneración, casi todos/as identificaron alguna condición similar vivida en primera persona. Lo que hace evidente que, en muchas ocasiones, la persona que la sufre no la identifica como tal.

Principales conclusiones:

Es esencial la existencia de un documento de voluntades anticipadas en Extremadura. Un modelo de este documento que se implante correctamente que garanticen nuestros derechos en aquellos momentos de indefensión y vulnerabilidad en los que se ve alterada la capacidad para tomar decisiones.

Proponemos que las voluntades anticipadas sean legalmente vinculantes.

“Me da miedo lo que puedan hacer conmigo en esos momentos”.

“Las consecuencias las estoy pagando ahora”.

Es necesario trabajar bajo la perspectiva de Género y de Derechos Humanos apostando por un modelo de equipo profesional que trabaje de forma coordinada para que puedan identificar situaciones de vulnerabilidad y dar respuestas adecuadas a múltiples y distintas necesidades.

Es necesaria más formación y más visibilización. También vemos conveniente que se apoye y potencie la estrategia anti-estigma que desarrolla la Federación.

El estigma como "marca" nos ha acompañado a lo largo de nuestras vidas y etiquetas como "el loco del pueblo" o "la loca de la familia" generan mucho sufrimiento. Igualmente, por el hecho de ir a un psicólogo en la adolescencia, por ejemplo, te señala para toda la vida.

"Por mi diagnóstico me tachaban de loco en mi pueblo y para mí es un insulto que me causa un malestar interior muy grande".

"Me han gritado loca y me ha dolido más que si me hubiesen pegado cuatro patadas".

Nunca se deben justificar medidas como la contención mecánica, el aislamiento, el tratamiento involuntario, etc. por falta de personal, por castigar a la persona, utilizar la amenaza, etc. Se debe buscar siempre una alternativa como el diálogo. Es muy importante que la ratio de profesionales sea la adecuada.

Es esencial que el Modelo de Recuperación sea, sobre todo, Humano.

Una práctica habitual y permitida no debe servir de excusa para justificar que se vulneren derechos.

Por último, destacamos que una parte de los participantes compartieron situaciones vividas de gran crueldad, con agresiones muy graves vividas en recursos sociosanitarios y en su entorno familiar y social. Algunas de estas historias pasaron hace más de 30 o 20 años, pero estas siguen en su memoria y han marcado sus vidas. Otras más recientes, relacionadas con bulling, con discriminación laboral, violencia de género, etc. Pero que casi todas tienen un elemento común, la sensación de impotencia de que no pudieron hacer nada, que no se denunció, no se les creyó y que por tanto pasaron y pasan con total impunidad.

Bibliografía

Consultas documentación:

- *Feafes SM Extremadura (2020):* Guía Salud Mental y Mujer: Tus derechos son los míos.
- *Confederación Salud Mental España (2020):* Informe sobre el estado de los Derechos Humanos en Salud Mental: 2019.
- *Consejería de Salud y Bienestar Social (2012):* Derechos Humanos y Salud Mental en Andalucía.
- *ONU (2006):* Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad (CDPD).
- *En primera persona, Federación Andaluza de Asociaciones Andaluzas de Salud Mental (2013):* Cómo defender nuestros derechos. Guía destinada a personas con problemas de salud mental.
- *Federació Veus:* Guía de Derechos en Salud Mental. No hay recuperación sin derechos.
- *Escuela Andaluza de Salud Pública (2015):* Planificación anticipada de decisiones en salud mental. Guía de apoyo.

Consultas páginas web:

- www.feafesextremadura.com
- www.consaludmental.org
- https://saludextremadura.ses.es/smex/
- www.cermi.es
- www.defensordelpueblo.es
- www.1decada4.es

ENTIDADES FEAFES #ENRED
Haciendo Salud Mental en Extremadura

FEAFES SM EXTREMADURA
C/San José, 49 - B. 06200
Almendralejo
682 632 100
info@feafesextremadura.com
www.feafesextremadura.com

SM AEMIS
C/ Rafael Cabezas, 4 local A.
06005 Badajoz
924 23 84 21
aemis.ocio@gmail.com
www.feafes-aemis.com

FEAFES SM ZAFRA
C/ Vicente Cervantes, 2.
06300 Zafra
924 55 59 43
gerencia@feafeszafra.com
www.feafeszafra.com

FEAFES SM CALMA
C/ Anás, 3.
06800 Mérida
651 992 607
asociacioncalma@gmail.com
www.asociacioncalma.com

FEAFES SM MÉRIDA
Av. de Lusitania, 10.
06800 Mérida
924 30 04 57
www.feafesmerida.com
crps@feafesmerida.com

FEAFES SM ALMENDRALEJO
C/ San José, 49B.
06200 Almendralejo
924 66 46 77
info@feafesalmendralejo.com
www.feafesalmendralejo.com

FEAFES SM NAVALMORAL
Av. Magisterio, 1- 1ºB.
10300 Navalmoral de la Mata
623 155 010
feafesnavalmoraldelamata@gmail.com

PROINES SM
C/ Molino, 6. Apto. Correo 161
06400 Don Benito
924 80 50 77
www.proines.es
proines@proines.es

FEAFES SM CORIA
Av. Virgen de Argeme, 1º A.
10800 Coria
927 50 43 62
coordinador.smcoria@gmail.com
www.feafescoria.wordpress.com

FEAFES SM PLASENCIA
Av. Virgen del Puerto, Recinto Valcorchero
Pabellón 9. 10600 Plasencia
927 41 98 87
feafesplasencia7@gmail.com
www.feafesplasencia.wordpress.com

APAFEM- FEAFES BADAJOZ
Av. Godofredo Ortega y Muñoz, local 2.
06011 Badajoz
924 267010
apafemfeafesbadajoz@gmail.com

Financiado por:

JUNTA DE EXTREMADURA
Consejería de Sanidad y Servicios Sociales

MINISTERIO DE DERECHOS SOCIALES Y AGENDA 2030
SECRETARÍA DE ESTADO DE DERECHOS SOCIALES
DIRECCIÓN GENERAL DE DIVERSIDAD FAMILIAR Y SERVICIOS SOCIALES