



FEAFES Salud Mental EXTREMADURA

Feafes Salud Mental Extremadura es la Federación de Asociaciones de Familiares y Personas con Problemas de Salud Mental de Extremadura. Representa a más de 4.000 familias y está compuesta por 10 Asociaciones repartidas por toda Extremadura que ofrecen cobertura a toda la geografía extremeña trabajando en red por y para la mejora de la Salud Mental en nuestra Comunidad.



MISIÓN

La mejora de la calidad de vida de las personas con trastorno mental y sus familias, la defensa de sus derechos y la representación del movimiento Asociativo.



VISIÓN

Queremos consolidarnos como organización líder en Salud Mental y como el movimiento asociativo que une a todas las personas con problemas de Salud Mental y sus familias.



VALORES

Liderazgo, Universalidad, Participación, Democracia, Transparencia, Autodeterminación, Justicia, Eficacia, Solidaridad y Equidad.



PILARES en los que fundamentamos nuestra filosofía del trabajo:

EMPODERAMIENTO Y RECUPERACIÓN

"Nada para nosotros/as sin nosotros/as".

RESPECTO A LOS DERECHOS

"Todos los seres humanos nacen libres en dignidad y derechos".

LUCHA CONTRA EL ESTIGMA

"Soy como tú".

EMPODERAMIENTO Y RECUPERACIÓN

"Nada para nosotros/as sin nosotros/as".

#FeafesEnRed

FEAFES Salud Mental EXTREMADURA

682 632 100

info@feafesextremadura.com

www.feafesdextremadura.com

DELEGACIÓN EN CÁCERES

613 26 42 94

feafesextremadura.caceres@gmail.com



ALERTA ANTISTIGMA 682 632 100

info@feafesextremadura.com

www.feafesextremadura.com

FEAFES SM CORIA

927 504 362

coordinador.smcoria@gmail.com

www.feafescoria.wordpress.com

FEAFES SM PLASENCIA

927 419 887

feafesplasencia7@gmail.com

www.feafesplasencia.wordpress.com

FEAFES SM NAVALMORAL

623 155 010

feafesnavalmoraldelamata@gmail.com

FEAFES SM ALMENDRALEJO

924 664 677

info@feafesalmendralejo.com

www.feafesalmendralejo.com

FEAFES SM ZAFRA

924 555 943

gerencia@feafeszafra.com

www.feafeszafra.com

PROINES SM

924 805 077

proines@proines.es

www.proines.es

APAFEM-FEAFES Badajoz

924 267 010

adafemfeafesbadajoz@gmail.com

FEAFES SM Mérida

924 300 457

crps@feafesmerida.com

www.feafesmerida.com

Salud Mental AEMIS

924 23 84 21

aemis.ocio@gmail.com

FEAFES SM CALMA

651 992 607

asociacioncalma@gmail.com

www.asociacioncalma.com

Financia:



¿ES LA BONDAD UN TRASTORNO? RESETEA, LA MALDAD TAMPOCO



LAS FALSAS CREENCIAS QUE NOS HAN CONTADO SOBRE EL TRASTORNO MENTAL

En el imaginario colectivo sobre las personas con trastorno mental existen multitud de falsas creencias que relacionan a estas personas con violencia, crímenes, agresiones,... Falsas creencias gestadas a base de repetirnos una y otra vez lo malas y peligrosas que pueden ser.

**"Una mentira repetida mil veces, se convierte en verdad".
Pero aunque todo el mundo lo crea, sigue siendo una mentira.**

IMAGINARIO COLECTIVO LLENO DE FALSAS CREENCIAS...

- Las personas con trastorno mental no tienen control sobre su comportamiento, por tanto son impredecibles.
- Las personas con trastorno mental son agresivas y violentas.
- Hay que temer a las personas con trastorno mental, son peligrosas.
- Los actos muy violentos son consecuencia de la sinrazón, la locura, la enfermedad mental...
- Expresiones cotidianas: "Hay que estar mal de la cabeza, loco, trastornado, ... para hacer algo así".

10 tips para reaprender **QUE NO HAY** relación entre violencia y Trastorno Mental

Se recurre a la condición mental de las personas para explicar la maldad, cuando la maldad está en todas partes, es algo que existe por sí mismo e independientemente de cualquier diagnóstico. La mayoría de los asesinos "están cuerdos". **1**

La implicación de una persona con trastorno mental en un delito es más frecuente que en la población general PERO NO COMO CAUSANTE DEL DELITO SI NO COMO VÍCTIMA. **2**

Si una persona va a ser agredida, es mucho más probable que su agresor NO sea una persona con Trastorno Mental. **3**

Tan solo un 3-5% de los actos violentos pueden atribuirse a personas con trastorno mental. **4**

Profesionales de la justicia reconocen que los Trastornos Mentales no son una causa significativa del crimen y la violencia. **5**

La comisión de actos violentos por parte de personas con trastorno mental es producto de la presencia de factores de riesgo para la agresión COMUNES a la sociedad en su conjunto. **6**

Los medios de comunicación se apresuran erróneamente a relacionar los crímenes como causa de un Trastorno Mental, provocando un linchamiento mediático. **7**

Se atribuyen sucesos atroces a las personas con trastorno mental como forma de desculpabilizar a la humanidad de sus actos de maldad. **8**

Las personas necesitan mantener fuera de su normalidad aquellas conductas violentas a las que no saben dar respuesta o entender, resultando más fácil atribuir esas conductas a otro colectivo al que le cuelgan la etiqueta de peligroso. **9**

Es posible que usted conozca a una persona con problema de Salud Mental y ni siquiera se haya dado cuenta, son como tú **10**

ESTIGMA es una losa muy pesada, cargada de falsos estereotipos y prejuicios, que ha impedido dar grandes pasos hacia la inclusión en la sociedad, su recuperación o la reconquista de derechos.

El estigma aparece cuando vemos a la persona con un problema de Salud Mental como "el otro" o "la otra". Hacer esa diferenciación entre "ellas" y "nosotras" nos puede conducir a olvidar que

1 DE CADA 4 PERSONAS TIENE, HA TENIDO O TENDRÁ UN PROBLEMA DE SALUD MENTAL A LO LARGO DE SU VIDA



Todos y todas podemos ser ese "otro" o esa "otra" en algún momento. O tal vez lo sea algún familiar, amigo o compañero de trabajo.

- ✓ Utilizar **palabras** adecuadas.
- ✓ Hablar desde el conocimiento, de manera positiva promocionando el **cuidado** de la Salud Mental.
- ✓ Evitar la **estigmatización** buscando información veraz sobre Salud Mental.
- ✓ No repetir las **falsas creencias** que giran en torno a la Salud Mental.
- ✓ Permitir que sean las **personas con trastorno mental** y sus **familias** las que cuenten sus propias historias.

Estas son algunas de las **CLAVES** que pueden ayudar a **ROMPER** esta losa definitivamente.

Algunas **CONSECUENCIAS** del **ESTIGMA** en Salud Mental.

- ✗ La utilización de un **lenguaje** irrespetuoso y **estigmatizante** calificándose como personas "perturbadas", "violentas" o como alguien a quien temer o rechazar, produce un impacto tremendo. Sin embargo, es necesario destacar que numerosos estudios revelan que las personas con trastorno mental experimentan altos ratios de victimización física y sexual.
- ✗ Los **niños** y **jóvenes** con problemas de Salud Mental pueden tener bajo rendimiento académico y experimentar rechazo por parte de su entorno.
- ✗ El 44% informa haber tenido experiencias de **discriminación** en el área laboral, el 43% en las relaciones con los amigos y el 32%, con los vecinos. El 37% ha tenido experiencias de discriminación dentro de su propia familia.

LA MALDAD NO ES UNA ENFERMEDAD NO ES UN TRASTORNO

Existen las malas personas desde el momento que existe la maldad. Además existe en distintos grados y modalidades.

¿Por qué se mantiene por parte de la sociedad la relación directa entre actos violentos y Trastorno Mental?

- Para dar explicación a lo inexplicable.
- Debido al devenir de la historia y el maltrato dado a este colectivo (manicomios, psiquiátricos...).
- Por el tratamiento en obras de arte, películas, libros...
- Leyes excluyentes.
- La falta de información y formación adecuados.
- Por la negación de la persona. Deshumanización.
- La utilización y el uso incorrecto de Trastornos Mentales como eximente para penas.
- Ignorancia colectiva mantenida.
- El tratamiento en los medios de comunicación.
- Y otras posibles causas.

LA PERSONA ES MÁS QUE SU DIAGNÓSTICO

Comparados con la población en general las personas con trastorno mental son:

- 11 veces más propensos a ser víctimas de delitos violentos.
- 140 veces más propensos a robos.

PARA CONOCER UNA REALIDAD, NO HAY MEJOR MANERA QUE ACERCARSE A ELLA Y DAR VOZ A LAS PROTAGONISTAS, QUE NO SON OTRAS QUE LAS PROPIAS PERSONAS CON PROBLEMAS DE SALUD MENTAL Y SUS FAMILIAS

¿Cómo distinguir entre un acto violento con maldad y un acto que pueda servir como eximente sin intencionalidad?

Entre otros aspectos por:

- El procedimiento del acto violento. La existencia de **PLANIFICACIÓN PREVIA**, durante y al final del mismo.
- La existencia de **COHERENCIA** en los hechos.
- Que sea un acto **ORGANIZADO**.
- La capacidad de la persona para **COMPRENDER** que estaría cometiendo un hecho injusto y actuar conforme a esa comprensión.