



CIUTADANIA COM A SALUT MENTAL

PUNT DE PARTIDA: Com defineix l'OMS la salut mental?



Segons l'Organització Mundial de la Salut, la salut mental és un **estat de benestar** en el qual cada individu desenvolupa el seu **potencial**, pot **fer front a les tensions** de la vida, pot **treballar** de forma productiva i fructífera i pot aportar alguna cosa a la **comunitat**.

Què passa amb els símptomes?

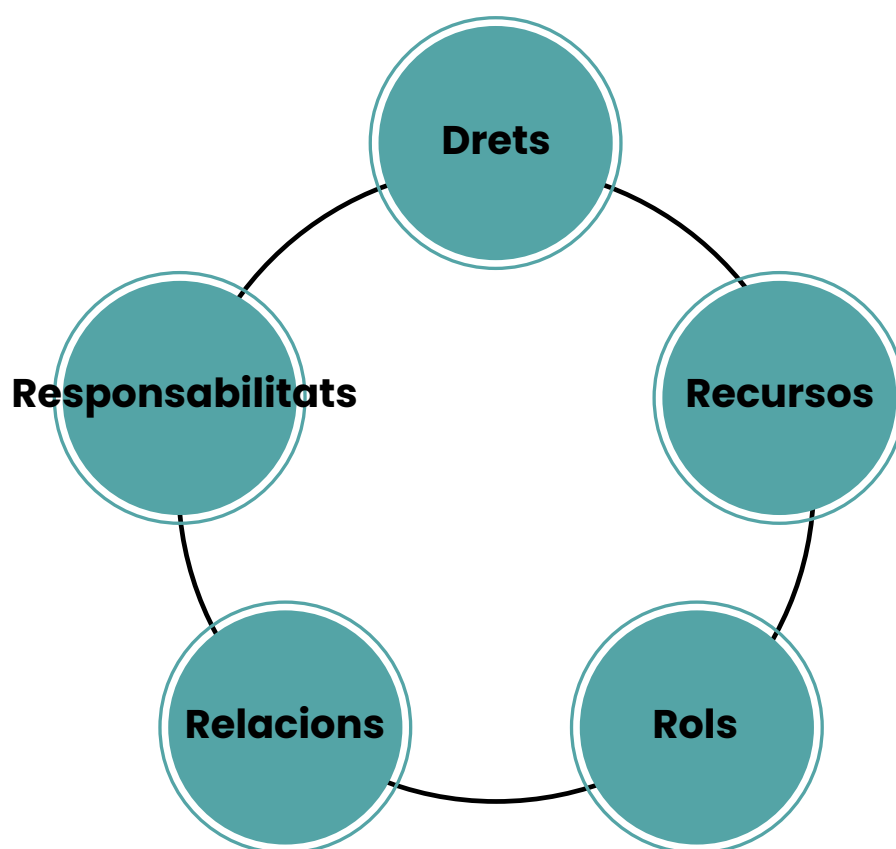
Si parem atenció en la definició, veiem que **no fa cap referència a la presència de simptomatologia** en les persones. Malgrat això, tots els dispositius i recursos d'atenció a la salut mental s'han centrat, històricament, en la reducció dels símptomes i el tractament de la psicopatologia.

Model de recuperació

A partir dels 90 es comença a parlar del model de recuperació en salut mental, però a Catalunya i a l'Estat espanyol no és fins la dècada 2000-2010 que el sistema de salut mental comença a integrar la recuperació als seus dispositius d'atenció, sobretot als comunitaris. La recuperació, en paraules de William A. Anthony (1993), és "un **procés profundament personal i únic de canviar les nostres actituds, valors, sentiments, metes, habilitats i rols**. És una manera de viure una vida satisfactòria, esperançadora i activa", i afegeix: "la recuperació és possible fins i tot amb símptomes".

De la recuperació a la ciutadania plena

Paral·lelament i amb l'arribada de la Convenció dels Drets de les Persones amb Discapacitat l'any 2006, es comença a parlar de l'atenció basada en drets i en el foment de la ciutadania plena. El model de ciutadania explora la manera en què l'exercici dels **drets**, la presa de **responsabilitats**, l'accés a **recursos**, l'establiment de **relacions** i l'exercici de determinats **rols** dins la societat contribueixen a promoure la salut mental definida l'any 2004 per l'OMS. En altres paraules: tenir una "bona" salut mental passa necessàriament per la capacitat d'exercir una ciutadania plena, més enllà de l'abordatge simptomàtic.





CIUTADANIA COM A SALUT MENTAL

I què passa amb el tractament?

Segons el model de Ciutadania, **un tractament terapèutic d'èxit aniria enfocat a que les persones acabin desenvolupant aquestes 5 dimensions** en la vida quotidiana.



Drets

Ser més conscients dels nostres drets i aprendre estratègies per a exercir-los de manera assertiva i respectuosa.

Responsabilitats

Assumir responsabilitats de manera efectiva d'acord amb les nostres capacitats, avaluant riscos sense imposar límits.

Recursos

Obtenir i gestionar recursos per nosaltres mateixes.

Relacions

Establir relacions de suport mutu i complicitat amb altres persones sense tenir en compte la classe, l'origen, el gènere, l'edat o altres eixos de discriminació.

Rols

Exercir rols considerant tant les nostres preferències i necessitats com les d'altres persones de les nostres comunitats.

Posant fil a l'agulla...

La proposta del model de Ciutadania passa no tant per comprendre els aspectes de la ciutadania com a determinants de la salut mental sinó que **la ciutadania sigui el resultat de qualsevol intervenció en salut mental**. En aquest cas, la simptomatologia o l'experiència de patiment s'han de tractar de la mateixa manera que s'haurien de tractar les responsabilitats o l'exercici dels drets, entre altres.

QUINS AVANTATGES PRESENTA?

No entra en el debat de l'origen del malestar

No qüestiona ni rebutja la multiplicitat d'origens de les experiències de patiment. El model de ciutadania és aplicable amb independència de les apreciacions sobre aquesta qüestió.

És compatible amb models recents

Complementa amb una perspectiva més global el model de Recuperació i és compatible amb altres models nous, com el marc PAS (Marc de Poder, Amenaça i Significat, sobre com els usos del poder poden causar experiències de malestar).

Dona més pes a la qüestió de la justícia social

El model de Ciutadania és el model més polític d'abordatge de la salut mental. Permet fer una intervenció més determinant quant a la importància de la justícia social com el mecanisme de promoció de la salut mental de la població.

Proposa solucions interdisciplinars

No és possible abordar aquestes cinc dimensions sense la presència i coneixement de diferents disciplines (socials, educatives, sanitàries i altres). Es necessiten organitzacions professionals menys jeràrquiques i més reconeixement de les professions socials i educatives.

Per a més informació, pots consultar els articles, publicacions i material divulgatiu del **Grup de Recerca de Salut Mental en Primera Persona (GRIP)**. És una plataforma de recerca de la Federació VEUS i lidera actualment la implementació del model de Ciutadania a Catalunya en un projecte pilot.