

MEMORIA 2018

PRESENTACIÓN DE LA ENTIDAD

Somos una asociación formada por profesionales especialistas en salud mental que trabajamos con personas con trastorno mental grave desde un enfoque humanista y con el objetivo de acompañar en el desarrollo de los potenciales y del proyecto de vida de cada persona.

Nautae significa “navegantes” en latín. Nosotros creemos que cada persona puede elegir el rumbo de su vida.

Los diferentes profesionales trabajamos en equipo junto a la persona y la familia. Además, trabajamos en red con otros profesionales de los recursos existentes en la comunidad, con el fin de consensuar y optimizar las intervenciones.

En Nautae trabajamos con una visión humanista del proceso de recuperación. La visión de los potenciales de cada persona, la creación de ambientes enriquecedores, la relación terapéutica desde la autenticidad y la escucha empática son algunos de nuestros valores.

Utilizamos como paradigma el modelo de recuperación, el mismo que propone la estrategia autonómica de salud mental de la Comunidad Valenciana. El Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE.UU. afirma que “la recuperación en salud mental es un viaje de sanación y transformación que le permite, a una persona que sufre un problema de salud mental, vivir una vida significativa en la comunidad que elija, mientras se esfuerza por alcanzar su máximo potencial”.

Es un enfoque integral, individualizado y concentrado en la persona. Se basa en las fortalezas del individuo, en el respeto y en el apoyo en los pares. En él, la persona asume responsabilidad en su proceso y lo autodirige.

DATOS DE INTERÉS DE LA ENTIDAD

Junta directiva

Carmen Tomás Valls – presidenta
Ramón Rafael Tomás Braulio – secretario
Begoña Tomás Tomás – tesorera

Número de socios: 16

Número de voluntarios: 4

Número de trabajadores: 3

- Perteneciente a la red de salud mental del marítimo.
- Miembro de la plataforma de salud mental: tejiendo vínculos
- Inscrita en la sección cuarta del Registro Autonómico de Asociaciones de la Comunidad Valenciana como Entidad de Voluntariado.

OBJETIVOS GENERALES

- Promoción de la salud y prevención de la enfermedad mental en poblaciones de riesgo.
- Promover la calidad de vida de las personas con enfermedad mental.
- Favorecer la integración laboral y social de las personas con problemas de salud mental.
- Facilitar la creación de una red de apoyo para las personas con enfermedad mental.
- Aumentar la autonomía y potenciar las capacidades de personas con enfermedad mental.
- Acompañar en el proceso de recuperación a personas con enfermedad mental.
- Fomentar el empoderamiento de las personas con enfermedad mental.
- Reivindicar y promover la mejora y la creación de servicios en la salud mental.
- Promover la educación y la sensibilización de la sociedad para disminuir el estigma de la enfermedad mental.
- Favorecer el desarrollo de una ocupación significativa, con sus respectivos roles ocupacionales, en personas con algún tipo de enfermedad mental.
- Colaborar con instituciones públicas y privadas en la formación, en relación a temas de rehabilitación y reinserción psicosocial.

RECURSOS

Humanos	Materiales
Profesionales: 1 psicóloga 1 terapeuta ocupacional 1 musicoterapeuta Voluntariado: 4 voluntarios	Material de papelería: folios, lápices, bolígrafos etc. Fotocopias Ordenador Impresora

FINANCIACION

La asociación se gestiona y mantiene gracias a:

- a) Cuota de **socios**: los socios de la asociación pagan una cuota de socios de 5 euros mensuales.
- b) Financiación que se consigue a través de la contratación de programas.
- c) Donaciones de personas externas a la asociación que quieren colaborar con la misma.

ACTIVIDADES REALIZADAS EN 2018

AÑO 2018	
PROGRAMAS	OBJETIVO GENERAL
INTERVENCION PSICOLÓGICA	Atención psicológica individualizada de la persona que tiene un sufrimiento psíquico
TERAPIA OCUPACIONAL	Fomentar el desarrollo de una ocupación significativa
INTERVENCIÓN FAMILIAR	Atención psicológica del núcleo familiar
BIODANZA	Aumentar el bienestar físico y emocional

PROGRAMA DE INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA		
Descripción	A través de la intervención terapéutica individualizada, nuestra finalidad es reducir el impacto que tienen las dificultades asociadas al trastorno, mejorar el autoconcepto y ayudar a la persona a retomar el control de su vida. También, proporcionarle estrategias de afrontamiento que actúen como factores de protección y funcionar como guía en su proceso de recuperación.	
Perfil usuarios/as	Los usuarios que se benefician de este programa son personas con un diagnóstico en salud mental, en concreto, aquellos que se engloben principalmente dentro de Trastornos Mentales Graves como esquizofrenia, bipolar, esquizoafectivo, trastorno límite de la personalidad o depresión mayor.	
Usuarios/as atendidos/as	MUJERES	HOMBRES
	1	0
Objetivos específicos	<ol style="list-style-type: none"> 1) Reducir el impacto que tienen las dificultades asociadas al trastorno 2) Mejorar el autoconcepto 3) Ayudar a la persona a retomar el control de su vida 4) Acompañar a la persona en el desarrollo de la enfermedad y los problemas que le puedan ir surgiendo 5) Fomentar la recuperación 	
Recursos	HUMANOS	MATERIALES
	1 Psicóloga	Despacho Ordenador Material fungible
Actividades	Sesiones de psicología individuales - 1h de duración	

PROGRAMA DE TERAPIA OCUPACIONAL	
Descripción	Actualmente el problema principal de las personas con trastorno mental grave, en nuestra sociedad, no es tanto la sintomatología positiva de la enfermedad, que generalmente suele estar estable con los fármacos, sino la sintomatología negativa, su baja motivación que repercute en que tienen una gran cantidad de tiempo libre, sin roles ocupacionales ni ocupaciones significativas. Existen usuarios/as que debido a su baja motivación para actuar

	pasan la mayor parte del día en casa, sin hacer nada que les beneficie. Esto les produce malestar y aislamiento social.	
Perfil usuarios/as	Personas con trastorno mental grave que no tienen ninguna ocupación significativa en su día a día y/o que además se encuentran aisladas socialmente.	
Usuarios/as atendidos/as	MUJERES	HOMBRES
	1	3
Objetivos específicos	<ol style="list-style-type: none"> 1) Aumentar su motivación interna para actuar. 2) Fomentar el empoderamiento de esas personas. 3) Aumentar el sentido de importancia personal y el sentido de capacidad. 4) Desarrollar un sentido de responsabilidad, en proyectos personales y colectivos. 5) Facilitar el desarrollo de su sentido de pertenencia social. 6) Aumentar su autonomía personal y social. 7) Que consigan realizar una ocupación significativa en su vida cotidiana. 8) Aumentar su red social de apoyo. 	
Recursos	HUMANOS	MATERIALES
	1 Terapeuta ocupacional	Ordenador Material fungible
Actividades	Sesiones individuales de terapia ocupacional (Proceso de Remotivación) con los/las usuarios/as - 1 hora de duración	

PROGRAMA DE INTERVENCIÓN FAMILIAR		
Descripción	A través de la intervención terapéutica con las familias se trabaja con todos los miembros del núcleo familiar para que trabajen en conjunto en el proceso de recuperación.	
Perfil usuarios/as	El propio usuario y los familiares que conforman el núcleo familiar de la persona con un diagnóstico en salud mental.	
Familias atendidas	3 familias	
Objetivos específicos	<ol style="list-style-type: none"> 1) Recibir asesoramiento y apoyo en el proceso de la enfermedad 2) Formar parte activa de la recuperación del familiar 3) Tomar decisiones conjuntas respecto a los objetivos de la terapia con su familiar 4) Ser partícipes de la recuperación de la persona afectada 	
Recursos	HUMANOS	MATERIALES
	1 Psicóloga	Despacho Ordenador Material fungible
Actividades	Sesiones de psicología familiares – 1 hora	

PROGRAMA DE BIODANZA EN LA COMUNIDAD		
Descripción	Biodanza acciona sobre las personas a nivel cognitivo, emocional y corporal utilizando como herramientas la música, el movimiento y las dinámicas grupales, con el fin de estimular diversos potenciales humanos, como por ejemplo, la vitalidad, la creatividad y la afectividad. En los grupos de biodanza se suele crear una red social y de apoyo, lo cual puede ser muy positivo para paliar el aislamiento social que caracteriza a la mayoría de personas con enfermedad mental grave.	
Perfil usuarios/as	Personas con problemas de salud mental	
Usuarios/as atendidos/as	MUJERES	HOMBRES
	3	0
Objetivos específicos	1) Potenciar la parte saludable de cada persona 2) Favorecer la integración afectivo-motora. 3) Mejorar la autoestima y la identidad. 4) Facilitar la expresión de emociones. 5) Aumentar niveles de alegría y vitalidad de los participantes. 6) Fortalecer la afectividad, los vínculos y la red de apoyo.	
Recursos	HUMANOS	MATERIALES
	2 facilitadoras de biodanza	Sala diáfana Equipo de música Cojines Sillas Esterillas
Actividades	<p>Se realiza una sesión semanal de biodanza, los lunes de 10h a 12h en Benimaclet (Valencia)</p> <p>La sesión tiene una primera parte de expresión verbal, que dura aproximadamente 45 minutos donde las participantes pueden comentar sus impresiones de la sesión anterior; y además se explica brevemente la sesión que se va a realizar a continuación.</p> <p>La segunda parte de la sesión que dura aproximadamente una hora y 45 minutos es la parte donde se danza.</p> <p>La actividad de biodanza, se realiza en un grupo en la comunidad, que está abierto a que puedan participar también personas sin diagnóstico. Con el fin de que sea una actividad inclusiva.</p> <p>El 30 de Septiembre de 2018 se realizó una sesión abierta de biodanza en la plaza de Benimaclet, dentro de unas jornadas de salud comunitaria, organizadas por la Asociación de Imagen Experimental.</p>	

PROGRAMA DE BIODANZA EN EL HOSPITAL DE GANDÍA		
Descripción	Biodanza se suma al campo de la salud como un sistema Educativo - Terapéutico. Además de sus aportes teóricos, incluye el “cómo hacer”, es decir, el instrumento metodológico vivencial para concretar los objetivos formulados en acciones de promoción, prevención y recuperación de la salud. Así mismo, en el caso de pacientes diagnosticados, ayuda en el proceso de aceptación de la enfermedad y sus limitaciones, permite el reconocimiento vivencial de posibilidades, promueve un comportamiento proactivo en tratamientos pertinentes, facilita el descubrimiento de nuevas capacidades de la persona, la autorregulación y cambios en los estilos de vida.	
Perfil usuarios/as	Pacientes en proceso de recuperación, familiares y personal sanitario del Hospital Francisc de Borja, de Gandía (Valencia).	
Usuarios/as atendidos/as	MUJERES	HOMBRES
	3	8
Objetivos específicos	1) Potenciar la parte saludable de cada persona. 2) Favorecer la integración motora 3) Estimular el valor del auto-cuidado. 4) Mejorar la autoestima y la identidad. 5) Facilitar la expresión de emociones. 6) Aumentar niveles de alegría y vitalidad de los participantes. 7) Fortalecer la afectividad, los vínculos y la red de apoyo social.	
Recursos	HUMANOS	MATERIALES
	2 facilitadoras de biodanza	Sala cedida en el Centro Social de Benipeixcar (Gandía). Equipo de música Sillas Material fungible
Actividades	6 sesiones de 2 horas de duración cada una, con periodicidad semanal. Los viernes de 17h a 19h Fecha de inicio: 27 abril 2018 Fecha de finalización: 1 junio 2018	