

Programa XarXajoves: Acompañando proyectos de vida

SMC salutmental
Catalunya



¿De qué hablaremos?

- **Salut Mental Catalunya**
- **¿Por qué se creó el Programa XarXaJoves?**
- **Metodología**
- **Resultados e impacto**
- **Otros programas de atención a jóvenes:**
 - PAECC
 - Programa de Apoyo emocional
 - Programa Ocell de Foc

Salut Mental Catalunya

Acompañamos a las personas con problemas de salud mental, desde la infancia hasta la adultez, y sus familias, para mejorar su calidad de vida.

Luchamos por la inclusión y la igualdad de oportunidades y derechos.



Se creó hace más de 25 años de la unión de familiares y personas con experiencia propia. **Somos SU VOZ.**



Detectamos necesidades e impulsamos proyectos innovadores y recursos en colaboración con entidades del territorio.



Representamos y trabajamos en red con más de 75 asociaciones de todo Cataluña.

Ámbitos de actuación



Acompañamiento

- Orientación
- Formación y recursos
- Apoyo mutuo
- Apoyo entre familias



Inclusión y acción a la comunidad

- Atención a domicilio
- Atención a jóvenes y apoyo a familiares



Incidencia y Derechos

- Mujer y Salud Mental
- Derechos en salud mental



Sensibilización, formación e innovación

- Día Mundial de la salud mental
- Formación en salud mental a las organizaciones
- Investigación



Activismo y red asociativa

- Acompañamiento
- Impulso al activismo

¿Por qué el Programa XarXajoves?

El **75%** de los problemas de salud mental aparecen antes de los 18 años y no siempre se diagnostican a tiempo.

El suicidio es la **1a** causa de muerte entre las personas de 15 a 29 años de edad en Cataluña.

Los centros de salud mental infantil y juvenil atienden al **6%** de la población de 6 a 18 años.

Las tasas de depresión y ansiedad entre adolescentes han aumentado un **70%** los últimos 25 años.

¿Por qué el Programa XarXajoves?

- ✓ El **paso a la vida adulta** con un problema de salud mental en la mochila es todo un reto.
- ✓ Los problemas de salud mental **afectan a los diferentes ámbitos de la persona** (familiar, sanitario, escolar o social).
- ✓ Algunos jóvenes **se cierran en sí mismos, les cuesta pedir ayuda, no reciben el apoyo que necesitan**, y acaban saliendo del sistema.
- ✓ Con el apoyo y los recursos adecuados, pueden tener las mismas oportunidades que cualquier joven.

Programa piloto (2017-2021)

**XarXaJoves
Barcelona**

**XarXaJoves
Barcelonès
Nord**

**XarXaJoves
Lleida**

3 territorios y entidades colaboradoras

Associació per a la rehabilitació
de les persones amb malaltia mental

'arep

SMCsalutmental
Catalunya
Fundació

 25 ANYS
SALUT
MENTAL
PONENT
SMCsalutmental Catalunya

Actualmente...



2 territorios y entidades colaboradoras más



Ajuntament de
Cornellà de Llobregat

¿Qué jóvenes participan?

Jóvenes de **16 a 25 años** que presentan problemas de socialización, de vinculación al ámbito sanitario, social, formativo o de ocio, a causa de **problemáticas de salud mental** sean o no diagnosticadas.

¿Cuáles son los objetivos?

- ✓ Acompañar en la construcción de un proyecto de vida favoreciendo el **vínculo con recursos formativos, laborales y de ocio.**
- ✓ Mejorar la capacidad de autocuidado velando por el vínculo con la red sanitaria y favoreciendo el **empoderamiento y la responsabilidad en relación a su problemática de salud.**
- ✓ Potenciar la adquisición de habilidades sociales para lograr roles y **relaciones socialmente significativas y saludables.**

¿Cómo lo hacemos? Con la persona joven



- ✓ **Escuchamos** y orientamos.
- ✓ Diseñamos con cada joven **un plan de trabajo individual** y lo acompañamos en su camino formativo, laboral, de ocio...
- ✓ Reforzamos el **vínculo con la red de salud mental**.
- ✓ **Actividades grupales** escogidas por ellos, en el barrio, y con otros grupos de jóvenes o entidades.

¿Cómo lo hacemos? Con las familias

- ✓ **Orientamos e informamos**, ofrecemos apoyo individual y recursos.
- ✓ Ofrecemos **espacios de encuentro** con otras familias.
- ✓ Previo acuerdo con la persona joven.

Activa't per
la salut
mental

Formación
"Hablemos"

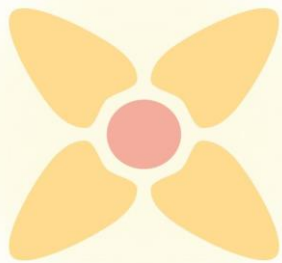
Grupos de
Ayuda
Mutua

Espai
Situa't

¿Cómo lo hacemos?

Trabajando en red

- ✓ Trabajamos en red con las asociaciones y entidades juveniles de la zona. **Dirigimos a jóvenes a hacer actividades y ellos derivan al programa.**
- ✓ Coordinación con diferentes servicios del ámbito de la salud, Servicios sociales, de formación y de ocio.



Xarxa Joves
Lleida

¿Qué piensan las personas que participan?

Jóvenes



Familias

Profesionales

“Estuve mucho tiempo sin salir de casa, unos 10 meses, salía para ir a las visitas médicas. Estas actividades me han ayudado a salir de casa. Me sigue costando todavía, pero lo hago por las actividades y porque me va muy bien”

Joven del XarXajoves de Barcelona

“El acompañamiento que me hiciste me ayudó a salir de un pozo. Encontrar a alguien que te escuche, que te apoye y sobretodo te ayude a encontrar las respuestas a tantas preguntas. Te puedes expresar sin miedo a ser juzgada.”

Joven del XarXajoves de Cornellà

“Ella (la profesional de XarXajoves) te lo explica de forma que tú lo puedas entender mejor y a él le explica para que también lo pueda entender. Y cualquier cosa que tiene, lo habla con ella. Le ayuda mucho.”

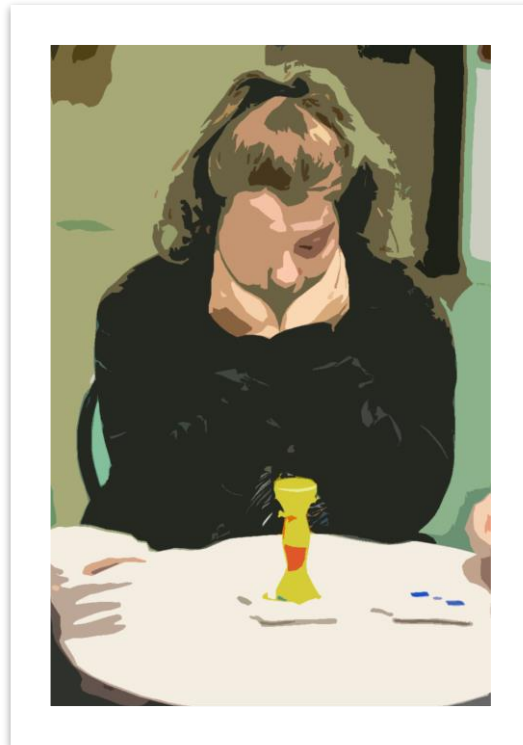
Madre del XXJ Barcelonès Nord

"Que puedan hacer este acompañamiento tan directo, tan individualizado. Que se desplacen para acompañar a los jóvenes a los lugares y que puedan crear este clima de confianza y proximidad. Esto el resto de servicios no lo hacen”.

Profesional de la salud

Historia de vida

Acompañamos a Irene en la creación de su proyecto de vida...



Conclusiones

Evaluación DEP Institut

- ✓ Las personas **participantes** están muy **satisfechas** con el programa, pero **especialmente con las profesionales.**
- ✓ Los aspectos que más gustan del programa son la **información/orientación y tener un espacio donde poder expresar libremente sus opiniones.**

Conclusiones

Evaluación DEP Institut

- ✓ Entre los motivos que se mencionan a la hora de recomendar el servicio destacan el **poder relacionarse con otros jóvenes y la gratuidad**.
- ✓ Familias y profesionales destacan **la mejora en la autonomía y habilidades sociales** de los y las jóvenes.
- ✓ Las familias **se sienten más tranquilas y disponen de un espacio** donde compartir preocupaciones y obtener conocimiento sobre los recursos.

Conclusiones

Evaluación DEP Institut

Identificación de los aspectos fuertes y puntos de mejora:

- ✓ **Llena un vacío existente en la atención a la salud mental** del público juvenil y que será una necesidad creciente.
- ✓ **Proximidad** (comunidad) y **flexibilidad** (se adapta a las necesidades específicas de la persona joven).
- ✓ En cuanto a los aspectos de mejora, se propone **reforzar la atención a las familias, reflexionar sobre el modelo de intervención** y de coordinación con el resto de agentes del territorio, y **aumentar los recursos**.

Resultados 2022



Presentación y coordinación con diferentes entidades y servicios de salud, sociales, juveniles y educativos



Acceso:

desde Servicios sociales, de salud, ocio, educación o por iniciativa propia.

94 solicitudes de acceso

Información y Orientación:

Entrevista: Valoramos cada caso y **orientamos a XarXaJoves u otros recursos** más adecuados.

91 personas jóvenes Atendidas y orientadas

Intervención con los jóvenes:

- Plan **individualizado** con la persona para conseguir los objetivos
- **Actividades grupales** internas y comunitarias

74 personas jóvenes con seguimiento individual y grupal

Intervención con las familias:

Apoyo individual

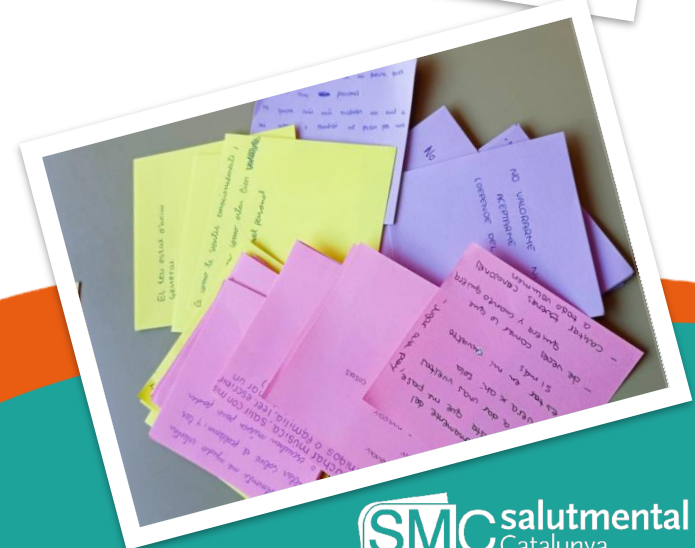
75 acciones de apoyo a familiares

PAECC

(Programa de Actividades Educativas Complementarias al Currículum)

Objetivos:

- ✓ **Desestigmatitzar** mitos y eliminar tabúes hacia la salud mental.
- ✓ **Reflexionar** sobre las causas que pueden desencadenar una problemática de salud mental.
- ✓ **Reconocer** herramientas propias que ayudan a prevenir y gestionar la situación.
- ✓ **Conocer** los recursos de la comunidad.



Apoyo emocional

Recurso de promoción de salud mental

OBJETIVOS:

- ✓ Acompañar en la adquisición de **estrategias de afrontamiento** para resolver conflictos internos y externos, interpersonales.
- ✓ Potenciar el **desarrollo personal**, el **autoconocimiento** y el **autocuidado**.
- ✓ Mejorar la **autopercepción** y potenciar las propias capacidades de afrontamiento para adaptarse a diversos retos.

Y TAMBIÉN...

- Detección y **derivación** a la red de atención sanitaria de aquellos casos de sospecha de problemas de salud mental que no estén vinculados.
- **Orientación** e **información** sobre los recursos de salud mental.

Programa Ocell de Foc

Ocell de Foc es un nuevo programa que quiere dar una **respuesta integral a las necesidades y problemáticas de las jóvenes**, con especial atención a la salud mental.



SERVICIOS

- **Iniciativas juveniles.**
- **Prevención y lucha** en contra del estigma.
- **Inserción laboral y retorno al sistema educativo.**
- **Atención grupal.**
- **Coaching y asesoramiento.**



Carrer Nou de Sant Francesc, 42, local
08002 Barcelona
Tel. 93 272 14 51 · info@salutmental.org
www.salutmental.org



[Consulta la nostra memòria d'activitats aquí](#)