

# Activa't per la Salut Mental

Suport a les persones afectades per trastorn mental sever i els seus familiars

Nom del programa  
**Activa't per la Salut Mental**

Programa impulsat per  
**la Federació Salut Mental Catalunya, la Federació Veus i el Departament de Salut i el Departament de Treball, Afers Socials i Famílies de la Generalitat de Catalunya**

Àmbit  
**Salut**

Tipus d'avaluació  
**Implementació i impacte**

Objectiu  
**Estimar si el programa ha generat canvis en la vida de la persona amb un trastorn mental sever o del cuidador respectiu**

Període d'anàlisi  
**2014 - 2018**

Avaluació encarregada per  
**la Federació Salut Mental Catalunya**

Avaluació realitzada per  
**Ivàlua**

Analistes  
**Jordi Sanz, Anna Segura i Eduard Moreno (UAB)**

El programa Activa't per la Salut Mental aborda la problemàtica de conviure en primera persona amb un trastorn mental sever (TMS) i de tenir cura d'una persona afectada per un TMS actuant sobre les unitats familiars amb la finalitat de convertir-les en agents de salut actius en el propi procés de recuperació. Aquesta intervenció posa a disposició dels participants un circuit integrat que inclou serveis d'orientació i informació, activitats de formació, d'apoderament així com recolzament mitjançant grups d'ajuda mútua. Es realitza de manera coordinada amb els serveis de salut mental i la xarxa associativa dels 12 territoris pilot.

**Activa't per la Salut Mental millora la recuperació personal dels participants afectats per un TMS i millora la percepció del familiar sobre l'experiència de cura.**

Aquest efecte ha estat especialment rellevant al seguiment fet 6 mesos després de la finalització de la primera part de la intervenció: el curs de psicoeducació.

**Activa't per la Salut Mental millora la recuperació personal dels participants afectats per un TMS i la percepció del familiar sobre l'experiència de cura**

**A nivell familiar, Activa't no afecta la càrrega global de cura, l'ús de serveis sanitaris ni el consum farmacèutic.**

No s'ha detectat que l'itinerari integrat d'Activa't hagi ajudat a reduir la càrrega global de cura a nivell familiar, així com tampoc s'han detectat efectes en l'ús de recursos sanitaris ni consum farmacèutic.

**La cura és percebuda com a una experiència positiva per part del familiar de referència i per la resta de membres de la família.**

L'itinerari integrat Activa't per la Salut Mental ha incrementat la percepció per part del familiar de referència que la cura de la persona afectada per un TMS ha estat beneficiosa en algun aspecte per a ell i per a la resta de membres de la família.

# Problemàtica i intervenció

L'aparició d'un TMS en el si del nucli familiar comporta una disrupció tant en la vida quotidiana de la persona afectada com en la dels seus familiars. Per una banda, perquè el fet de viure amb una patologia mental està associat a un major risc de patir problemes derivats com poden ser la manca de feina o l'aïllament social. Per l'altra, perquè els familiars han d'iniciar un procés d'aprenentatge sobre com conviure amb una persona afectada per un trastorn mental sever.

## Els trastorns mentals severos

La millora dels tractaments en salut mental ha permès reduir l'ús intensiu dels seves hospitalaris, de manera que la seva cura quotidiana s'ha desplaçat en gran part cap a l'entorn familiar. Malgrat que aquesta opció ha permès una millora de la situació de la persona afectada per un TMS, ha implicat una major responsabilitat de les famílies, per la que no totes estan igualment preparades.

En aquest sentit, l'accés a la informació i al coneixement per part de les famílies i les persones afectades per un problema de salut mental contribueix de forma positiva a una gestió més eficient del procés de recuperació, a una disminució de la càrrega dels familiars i a una participació compartida en la presa de decisions.

**Activa't per la Salut Mental vol convertir les persones afectades per un TMS i les famílies en agents de salut en el seu procés de recuperació**

## Activa't per la Salut Mental

El projecte Activa't per la Salut Mental, promogut per la Federació Salut Mental Catalunya, la Federació Veus i la Generalitat de Catalunya, iniciat el 2014, vol convertir les persones afectades per un TMS i les seves famílies en subjectes actius i agents de salut en el seu propi procés de recuperació. El projecte, així, es desenvolupa a través d'un circuit estructurat que permet tant als pacients com als seus familiars l'accés a informació, orientació i formació on trobar resposta a les seves preguntes i accedir a recursos útils per atendre les seves necessitats quotidianes.

El circuit inclou:

- Un servei d'informació, orientació i assessorament (Espai Situa't).
- Un servei de formació i psicoeducació (PROENFA pel familiar de referència, que comprèn entre 13 i 14 sessions i Klau de Re pels afectats per un TMS, amb entre 20 i 22 sessions).
- Un servei de desenvolupament de l'apoderament (PROSPECT, que consta de 3 a 5 sessions).
- Un espai de suport entre iguals tant per a familiars com per a persones afectades (Grups d'Ajuda Mútua).



# Avaluació

Aquesta avaluació vol, per una banda, conèixer l'impacte del programa Activa't per la Salut Mental sobre la persona afectada per un TMS i els seus familiars i, per altra banda, detectar els factors que afavoreixen o dificulten la implementació exitosa del programa.

## Objectius i metodologia

L'avaluació vol estimar l'impacte del programa Activa't per la Salut Mental sobre quatre variables d'interès:

- Recuperació personal de la persona afectada per un TMS.
- Càrrega de cura del familiar de referència.
- Xarxes de suport del familiar de referència.
- Ús de serveis sanitaris i consum farmacèutic per part de la persona afectada per un TMS i de les famílies.

## Procés d'aleatorització

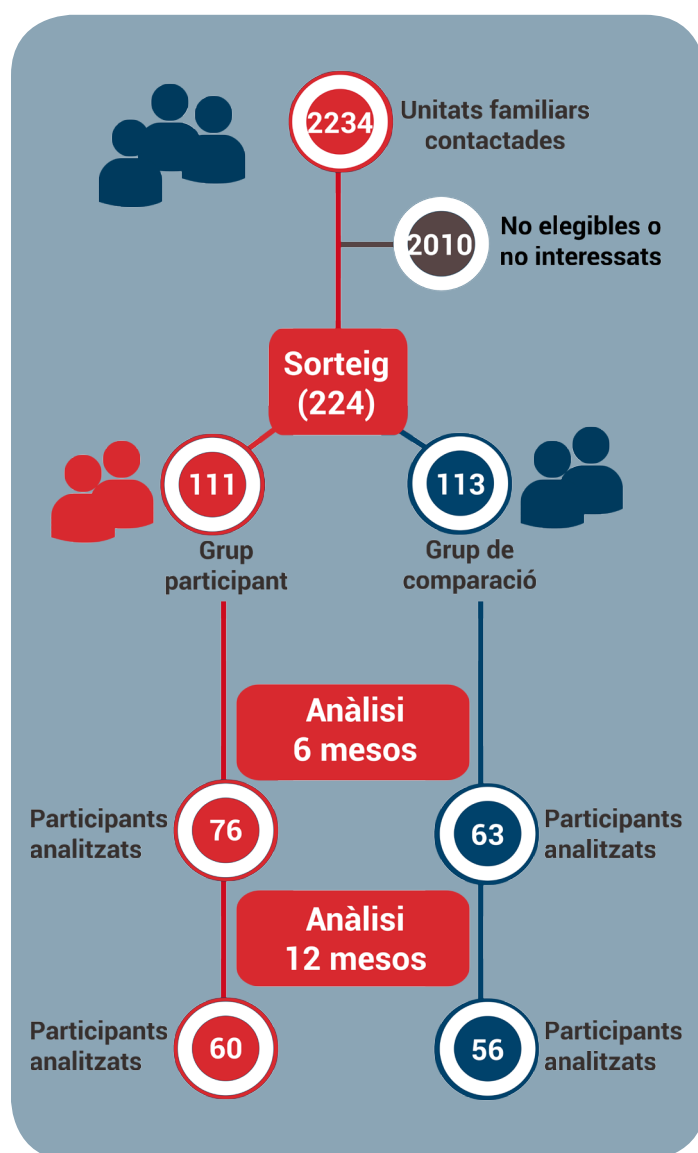
A través d'un sorteig s'han creat dos grups de famílies, iguals en totes les característiques que poden influir sobre el fet que una unitat familiar millori la seva capacitat quotidiana de gestió del TMS.

A un dels dos grups (grup de tractament), se li ha donat accés a les activitats d'orientació, formació i suport que conformen el circuit de l'Activa't per la Salut Mental, mentre que a l'altre grup (grup de comparació) se li ha seguit oferint el tractament habitual que reben en el seu centre de salut mental més la possibilitat de fer ús de l'espai Situa't, un espai d'orientació sobre com gestionar el TMS en el dia a dia. És a dir, en aquest cas, a diferència del que succeeix en altres dissenys experimentals, el grup de comparació també participa en una part del programa. En total, a l'avaluació hi han participat 448 persones, 222 en el grup tractament i 226 en el grup comparació.

## Anàlisi de la implementació

S'ha portat a terme una anàlisi de les activitats de l'Activa't per la Salut Mental des del seu inici fins a octubre de 2017 a través d'un total de 74 entrevistes i 9 grups de discussió a informants implicats directament en la implementació del projecte.

D'aquesta manera s'ha conegut com s'ha implementat el programa i la complexitat i el significat de l'experiència de tots els agents que hi participen per tal d'identificar els elements clau del seu funcionament (el perquè el programa és efectiu o no).



**L'avaluació vol estimar l'impacte del programa sobre quatre variables d'interès: recuperació personal, càrrega de cura, xarxes de suport als familiars i ús de serveis sanitaris i consum farmacèutic**

# Resultats

El fet que el programa doni suport no només a la persona amb un TMS sinó també als seus familiars ha portat a millores en la recuperació de les persones afectades per un TMS i també en l'experiència de cura del familiar de referència.

## Recuperació personal dels afectats per un TMS

El circuit integrat ha ajudat a les persones afectades per TMS a fer petits avenços en el seu procés de recuperació

Aquests resultats són més evidents durant el seguiment fet 6 mesos després de la psicoeducació que en seguiment dels 12 mesos.

## Càrrega de cura i xarxes de suport als familiars

S'han detectat efectes positius sobre la percepció de cura com a experiència beneficiosa

En el seguiment dels 6 mesos s'ha detectat un increment en la percepció per part del familiar de referència que la cura de la persona afectada per un TMS li ha estat beneficiosa: s'ha sentit útil, ha descobert noves capacitats, ha desenvolupat activitats que no hagués fet d'altra manera, etc. Tot i així, aquestes diferències semblen mitigar-se als 12 mesos.

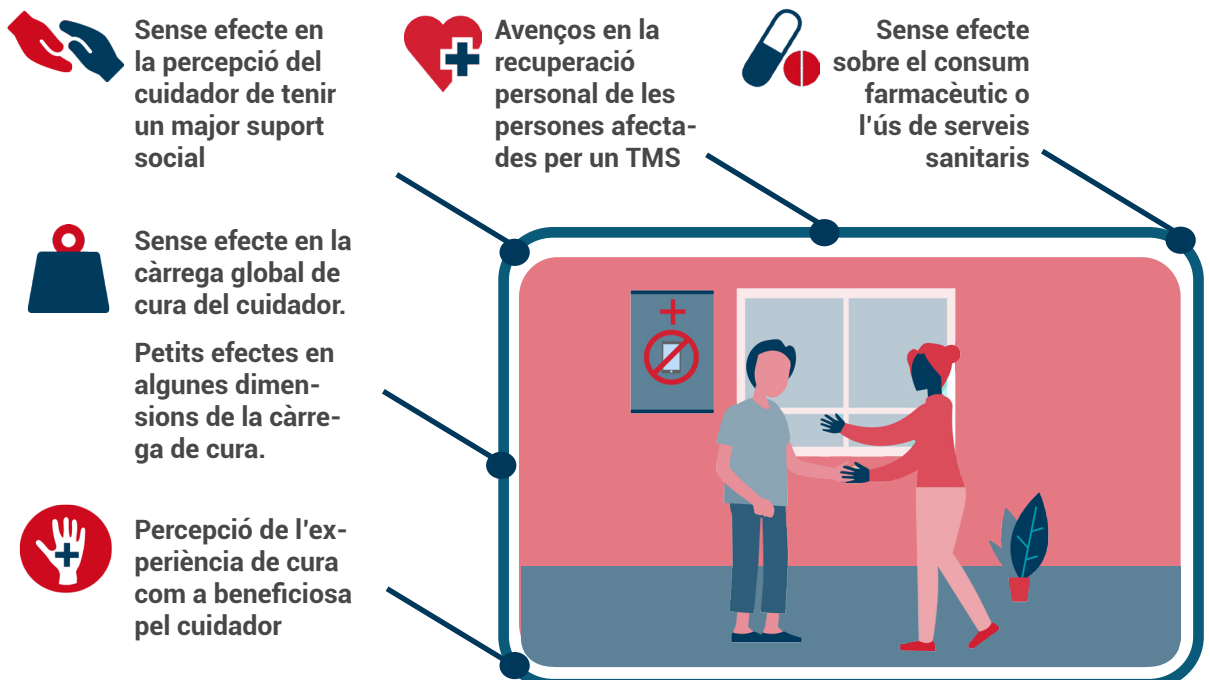
Per altra banda, no hi ha hagut efecte en la percepció dels familiars de tenir un major suport social ni tampoc en la millora de la seva càrrega de cura objectiva ni subjectiva.

## Ús de serveis sanitaris i consum farmacèutic

No s'han detectat canvis en l'ús de serveis sanitaris ni en el consum farmacèutic

La participació a Activa't per la Salut Mental no està relacionada amb variacions en l'ús de les urgències hospitalàries i tampoc s'han trobat impactes del circuit integrat sobre el consum farmacèutic, ni per part de la persona afectada ni dels familiars.

**El circuit integrat ha ajudat a les persones afectades per TMS a fer petits avenços en el seu procés de recuperació**



# Aprentatges

Els trastorns mentals severos tenen repercussions no només en les persones afectades per un TMS sinó també en el seu entorn familiar. Així, un valor afegit d'Activa't per la Salut Mental és que té en compte aquestes dues dimensions i es dirigeix tant a la recuperació de la persona amb un TMS com a la càrrega de cura del familiar de referència.

**Hi ha hagut una alta participació a nivell individual, però poques famílies han completat tot l'itinerari**

Les persones afectades per un TMS i els seus familiars han tingut una alta participació per separat. Tanmateix, només un 17% de les famílies (persona afectada i respectiu cuidador) han tingut una participació rellevant a totes les activitats de l'itinerari. Entre els motius esmentats per abandonar el programa es troba que les sessions de psicoeducació són molt intensives.

**Un itinerari lineal i pausat no serveix per atendre les necessitats de la població destinatària**

El compromís que genera la participació en l'itinerari integrat genera certes reticències per una part dels participants per la rigidesa en l'ordenació de les activitats. No sempre l'ordre dels blocs s'adequa a les necessitats quotidianes de les famílies afectades per un TMS.

**L'Activa't per la Salut Mental té en compte la vivència de la persona afectada per un TMS**

El sol fet d'oferir l'itinerari Activa't per la Salut Mental millora la recuperació de la persona amb un TMS. Així, és rellevant rescatar la importància de la dimensió més subjectiva de la persona a qui repercuteix un TMS en el si de l'entramat clínicoassistencial.

## Recomanacions



### Oferir diverses opcions horàries

Es podria oferir la possibilitat de repetir sessions que es perdin o oferir alternatives no presencials per recuperar els continguts.



### Fer el programa modular i específic

S'hauria de conceptualitzar l'itinerari com una cartera d'activitats, de manera que cada participant pugui configurar el seu propi itinerari integrat segons les necessitats que tingui en el moment d'arribada al programa.



### Introduir la recuperació personal com a àmbit prioritari d'intervenció

S'hauria de reivindicar la centralitat de la recuperació personal buscant formes de complementarla amb l'abordatge de caire més clínicoassistencial.

Informe d'avaluació realitzat per Ivàlua disponible a [ivalua.cat](http://ivalua.cat)

Promotors del projecte Salut Mental Catalunya i més informació a [activatperlasalutmental.org](http://activatperlasalutmental.org)