

Mirades joves contra l'estigma

TEMA DEL MES. Infants i joves que viuen un problema de salut mental en primera persona expliquen com s'enfronten a un trastorn mental a l'escola, a casa i a la societat. La majoria denuncien una sensació d'incomprensió i soledat. Els especialistes del Centre de Salut Mental Infantil i Juvenil de Manresa (CSMIJ) exposen el ventall de casos vinculats a la salut mental que tracten i apunten que el nombre d'atencions ha crescut durant els últims anys.

D'esquerra a dreta, el Nacho, la Sílvia, la Isa, l'Aitor i l'Àlex, són els joves del projecte Mosaic vinculats a la salut mental. Foto: Francesc Rubí.

Les paraules aixopluguen la Isa durant els dies més foscos. Ella escriu poemes. Explica que la poesia l'ajuda a expressar les emocions internes que experimenta amb el trastorn bipolar. Li van diagnosticar als setze anys i ara en té divuit. No tremola a l'hora de posar sobre el paper les seves debilitats. Deixa fluir les paraules que emergeixen quan escolta el seu món interior. Un dels seus poemes parla sobre la bipolaritat i l'última estrofa mostra el contrast d'emocions que suposa conviure amb aquest trastorn: «La noche en vela y mil proyectos en mente/creo en el destino en que me lleva la corriente/pasan los días, la semana va a terminar/¡Oh no! Otra lágrima se acaba de suicidar».

Recita el poema davant d'un grup de joves d'una edat similar a la seva que l'escolten. Darrere de cada paraula s'amaguen onades de dolor i de solitud que els joves perceben de seguida. Tots viuen en primera persona un trastorn mental. Ella sent l'escalf de les seves mirades i del somriure que li dedica l'Àlex, que sempre l'anima a escriure i a publicar un recull de poemes. L'Àlex Vilarasau és l'impulsor d'aquest grup de joves que es reuneix a les tardes, des de l'octubre passat, amb l'objectiu de crear un espai per fomentar la participació dels joves amb activitats lúdiques i debats. Ell és un dels dinamitzadors de Mosaic, un projecte manresà vinculat a la salut mental que compta amb un club social i un programa laboral dirigit a les persones que presenten algun problema de salut mental, que l'any passat va aconseguir al voltant de cent seixanta contractes, segons apunta el coordinador del projecte, Jacint Santaquil·la. Destaca que, en molts casos, aquestes persones són les últimes de la cua a l'hora d'obtenir un contracte laboral.

Aitor: «Des que em van diagnosticar esquizofrènia, he hagut de suportar molta violència»

Mentre surten a l'exterior a fer un cigarret, l'Àlex se'ls mira. Aviat els haurà de dir una notícia. Una notícia que sap que els pot entristir. Al llarg d'aquests mesos, els seus ulls s'han convertit en un far per als joves. Ell coneix els seus somnis, les seves inquietuds i les seves històries sovint molt marcades per la soledat i la incomprensió. «Una psiquiatra em va recomanar formar part d'aquest grup a les tardes per estar més a l'aire lliure i no quedar-me tancada a casa», explica la Sílvia, una de les membres del grup. Un altre integrant, el Nacho, comenta que amb la resta de companys fan pinya i «això m'ha permès guanyar seguretat per entrar al món laboral». L'Àlex pretén que les reflexions i els problemes d'aquests joves traspassin les parets de l'Espai Jove Joan Amades, el lloc on es reuneixen, perquè té la sensació que sovint el «món gira l'esquena als joves amb problemes de salut mental». Els observa mentre riuen i fan bromes. «Després d'aquesta pausa els comentaré la notícia», pensa l'Àlex.

Un món invisible

Segons l'antropòleg Àngel Martínez, els trastorns mentals no només es defineixen en termes biològics o psicològics, també en funció del seu significat social. L'especialista en antropologia mèdica de la Universitat Rovira i Virgili sosté que la mirada que la societat adreça als trastorns mentals condiciona la forma de viure'ls. Considera que aquesta mirada encara està marcada pel desconeixement i, encara més, en el cas de la salut mental dels infants i els joves. Un dels

infirmers del CSMIJ de Manresa, Diego Pérez, apunta que els recursos sanitaris adreçats als menors han crescut, «però tot el que es mou dins del centre on atenem la salut mental dels més joves és com un univers que passa desapercebut per a la resta de ciutadans, que sovint desconeixen els serveis existents». El CSMIJ és un recurs de l'Àrea de Salut Mental d'Althaia i es troba a l'edifici del CSAM.

Poques vegades se situa el focus d'atenció en la salut mental dels infants i els joves. Però, si un s'hi fixa, pot observar un mirall de la societat actual. L'any 2017 es van comptar 66.501 visites ateses als centres CSMIJ d'arreu de Catalunya. Una dada que suposa un increment d'un 5% respecte de l'any 2016. En el cas de casa nostra, el CSMIJ que engloba el Bages, el Berguedà, el Solsonès i la Cerdanya va atendre uns 3.000 menors, aproximadament, durant l'any 2018. Tot i que, mig centenar d'aquests pacients van rebre una visita i van retornar a l'atenció primària, «ja que no tots els casos han de seguir un tractament al CSMIJ», destaca la cap de Divisió de Salut Mental de la Fundació Althaia i alhora responsable del servei infantojuvenil, Àurea Autet.

Un dels factors que explica la tendència a l'alça del nombre de consultes al CSMIJ és la crisi de l'any 2008, afirma la psiquiatra Àurea Autet. Apunta que la precarietat econòmica va generar situacions d'estrès que van desencadenar més atencions als CSMIJ d'arreu de Catalunya. També destaca que, durant els últims anys, hi ha una tendència a buscar una solució psiquiàtrica a diverses situacions vitals que temps enrere la persona afrontava sola. Es tracta d'una sensació que comparteixen una bona part dels professionals del CSMIJ de Manresa. «La societat avança cap a una major intolerància del malestar», comenta el psiquiatre Luís Villar, que forma part del Servei Infantojuvenil de Salut Mental. Considera que la «cultura de la immediatesa provoca que l'ésser humà se senti incapaç d'elaborar estratègies per afrontar el patiment i busqui solucionar-ho ràpid». En la mateixa línia, l'antropòleg Àngel Martínez atribueix aquest fenomen a «una concepció del patiment com un estat poc funcional dins d'una societat hedonista».

Durant els últims anys, la tipologia de trastorns també és un dels factors que els professionals del CSMIJ de Manresa han vist evolucionar. Segons l'informe de l'Observatori del Sistema de Salut de Catalunya, l'any 2017 el trastorn per dèficit d'atenció i hiperactivitat (TDAH) va ser el diagnòstic majoritari entre els nois i el trastorn d'adaptació entre les noies. La psiquiatra Àurea Autet remarca que la diversitat de patologies que tracten és àmplia. Detalla que, en el cas dels infants, es diagnostiquen molts trastorns del neurodesenvolupament, com el Trastorn de l'Espectre Autista (TEA) o el TDAH, i també trastorns adaptatius. En el cas dels adolescents, «comencem a veure aflorar trastorns mentals severos, com ara primers episodis d'un trastorn psicòtic», afirma. El ventall de casos que tracten és divers, ja que alguns trastorns solament apareixen de forma puntual i d'altres acompanyen la persona al llarg de la vida, com el cas del TEA, que diversos experts defineixen com «una condició i no un trastorn».

Fa vint anys que l'Àurea Autet volta pels passadissos de l'espai de la Fundació Althaia adreçat a la salut mental dels menors. Té la sensació que, durant els seus inicis, la presència del trastorn mental sever era rellevant però, avui dia, «estan augmentant les reaccions desadaptatives que són complexes d'analitzar». Lamenta que cada vegada observen més comportaments greus com les autolesions. Considera que la sobreprotecció i la no tolerància de la frustració que experimenten les noves generacions són algunes de les causes de l'aparició d'aquests nous tipus de trastorns. Aquesta percepció també la comparteix la Marta Fernández, psiquiatra a l'hospital de Dia d'Adolescents. «La televisió oberta, el joc interactiu del mòbil, la mare cridant-lo perquè es vesteixi per anar a futbol, un missatge del WhatsApp... amb l'entrada d'internet i el telèfon mòbil els infants viuen amb una gran quantitat d'estímul», assegura. Apunta que «aquest ritme de vida pot desencadenar una dificultat per concentrar-se amb les petites coses, un estrès a l'hora d'adaptar-se a l'entorn que els invalida».

Passadís de la nova unitat d'hospitalització infantojuvenil d'Althaia. Foto: Francesc Rubí.

Mirades contra l'estigma

«Des que em van diagnosticar esquizofrènia, he hagut de suportar molta violència», afirma un dels membres del grup de joves del Mosaic, l'Aitor. Té la sensació que la societat encara no està preparada per entendre els trastorns mentals. «L'esquizofrènia és com una màscara, alguns no veuen el que soc jo més enllà de la malaltia», lamenta. Acota el cap després de pronunciar aquestes paraules. L'Àlex li passa la mà pel clatell. La resta de companys, la Isa, la Sílvia, la Sara, el Nacho i el Fran l'escolten sense desviar la vista. Estan cansats de les mirades que els ofeguen i els inciten a viure un trastorn a l'ombra.

«Un dels meus familiars propers s'avergonyeix de mi», assegura la Isa. «No explica a ningú que tinc símptomes de bipolaritat i pensa que quan em vaig tallar els braços ho vaig fer per cridar l'atenció però va més enllà d'això», remarca. La Sílvia respon comentant que la majoria de familiars «se senten impotents i no saben com ajudar-nos». La Isa explica que el seu entorn proper li diu que «el trastorn bipolar és un invent i que canvio d'humor perquè em ve de gust, però el cert és que em fa por quan entro en un estat depressiu perquè sembla que el món s'acabi». La Sílvia recolza la mà sobre la seva cuixa. «Ens en sortirem», li diu. La seva amistat està marcada per un atzar màgic. Es van conèixer en una unitat psiquiàtrica de Sant Boi de Llobregat, van retrobar-se a l'hospital de Dia d'Adolescents de Manresa i ara tornen a coincidir al grup de joves. Tres trobades per fortuna.

L'amor és capaç de resguardar-los de les tempestes del seu interior i dels llamps i els trons de l'estigma de la societat exterior. L'origen del terme "estigma" presenta arrels gregues i s'utilitza en un sentit similar a l'original. Segons apunta el sociòleg Erving Goffman al llibre "Estigma", els grecs utilitzaven aquesta paraula per referir-se als signes corporals amb els quals s'exhibia quelcom dolent o poc habitual en la moralitat de l'època. «La societat actual estableix els mitjans per categoritzar les persones i els atributs que es perceben com a corrents i naturals», hi subratlla Goffman.

Els seus plantejaments s'enllacen amb l'article titulat "Representació artística de la bogeria", d'Olívia Orozco i Hortènsia Mínguez. Defensen que, al llarg de la història, s'ha considerat la persona amb un trastorn mental com algú que s'allunya dels estàndards i les normes socials establertes. «Se'l dibuixa com la persona que habita fora dels marges de la lucidesa i de l'equilibri personal, just a l'altra banda del mirall», sostenen. No obstant això, «entre la normalitat i la anormalitat hi ha una immensa gamma de matisos on es troba l'oposició entre l'equilibri i el desequilibri, la dissort i la felicitat», afirmen.

«Les convencions socials són un artifici, es construeixen a partir de la cultura», apunta l'antropòleg Àngel Martínez. Considera que la persona que experimenta un episodi psicòtic «posa en evidència les pautes per les quals ens regim i, durant molts anys, la resposta occidental va ser aïllar aquestes persones». Apunta que ara s'aposta per un model més comunitari que millora la qualitat de vida de la persona però «encara queda molt camí per combatre aquest estigma». El director executiu de la Càtedra de Salut Mental UVIC-UCC i psiquiatre, Pere Bonet, afirma que el trastorn mental està rodejat de fantasmes. Per exemple, «es vincula la violència amb la patologia mental i això és un prejudici». «Hi ha famílies que prefereixen amagar el trastorn perquè en el fons tenen por», considera la psicòloga Helena González.

Durant els últims anys, s'han incrementat les campanyes de sensibilització en les empreses i els centres escolars envers la salut mental. Però el grup de joves del Mosaic exposen experiències escolars dures. «Recordo que em deien que prenia moltes pastilles i que era un esquizofrènic. Aquestes paraules em feien mal perquè encara no era segur que tingués aquest trastorn», comenta l'Aitor. El Nacho explica que als tres anys li van diagnosticar un trastorn de l'espectre autista i recorda la secundària «com un infern». «El dia més feliç va ser quan vaig acabar la secundària», lamenta. La Sara és l'única veu esperançadora. «Els companys se'n reien de mi, però els professors sempre em van ajudar».

L'escola és l'espai on els infants i els adolescents passen bona part del dia. En aquest sentit, «sabem que és important treballar la sensibilització envers la salut mental a les aules i posar mesures a la sensació d'aïllament, però no podem controlar la relació social dels alumnes fora de l'escola», apunta la psicopedagoga de l'institut Pius Font i Quer, Núria Martí. Descriu que a l'hora del pati es forma una cua per rebre la seva atenció o bé l'atenció de la mestra de pedagogia terapèutica del centre, Dolors Barnaus. Les dues professionals afirmen que la sensibilitat per atendre la diversitat entre els alumnes ha millorat, «però amb ràtios més baixes a les aules es podrien atendre millor els estudiants». Expliquen que el ritme del dia a dia a l'aula és intens i els professors observen com els perfils de l'alumnat canvien any rere any.

Un dels suports per al professorat és l'Equip d'Assessorament Pedagògic (EAP) del Bages. La directora d'aquest servei territorial, Montse Pladevall, destaca que l'objectiu és oferir una orientació al professorat, a les famílies i als alumnes. A banda, l'EAP és el punt d'unió entre l'escola, el CSMIJ i diferents serveis socials. De fet, la psicopedagoga de l'hospital de Dia d'Adolescents, Gemma Turallas, remarca que la figura de l'EAP és un pont entre els tutors i els professionals del CSMIJ. Dins de l'hospital de Dia d'Adolescents, hi ha una taula amb llibres al voltant on Turallas imparteix classe als joves durant la seva estada allà. «És important que retornin gradualment a l'institut, el seu entorn natural», assegura. Però lamenta que «sovint quan l'alumne retorna a l'escola se sent penjat, invisible».

Monitors de control del centre. Foto: Francesc Rubí.

Una ment bella

Desprèn una olor de colònia penetrant, que recorda les fragàncies de temps enrere. Els seus ulls fan brillar un color castany. Du unes ulleres quadrades i els cabells foscos ondulats a les puntes. Pren un te mentre parla de la seva joventut, quan va viure un dels episodis més difícils de la vida. Un brot psicòtic i un posterior ingrés en una unitat psiquiàtrica. Josep Franch té 56 anys i confessa un secret amb veu baixa: «La bogeria sovint et fa sentir poderós i quan s'esvaeix aquesta sensació a causa de la medicació et sents buit».

Recorda les paraules que un psiquiatre li va dir al seu pare durant el seu primer ingrés: «El seu fill ha patit un episodi psicòtic, però això no vol dir que no pugui arribar a ser qui ell es proposi». No ha deixat de lluitar per aconseguir els seus objectius. Vol convertir-se en un bon comunicador vinculat a la salut mental. De fet, ja té experiència perquè és portaveu d'Obertament, que lluita contra l'estigma, i també és vocal territorial d'Activament Catalunya Central, una entitat de salut mental en primera persona. Explica que fa temps que està estable i recorda la seva joventut com una etapa difícil però que forma part de la seva història.

«L'origen de la meva malaltia no és un sol desencadenant, van ser un cúmul de coses que van acabar amb la meva resiliència», assenyala. Recorda una infància feliç a Manresa jugant a pilota al carrer. Fins que va arribar la primera sacsejada emocional «quan un grup d'amics em van fer el buit i vaig sentir per primera vegada la soledat». La seva etapa infantil també va estar marcada pels problemes amb l'alcohol de la seva mare. Ell es refugiava en dels llibres de Perry Mason i Agatha Christie. Durant la seva joventut, va viure un altre impacte emocional quan va afrontar el primer desengany amorós. «Per fer-me més lleugera l'existència vaig recórrer al haixix i a la marihuana i el que va començar amb rialles es va transformar en moments foscos», relata. El seu món trontollava. «Caminava pel bosc i pensava que les fulles es mourien i realment jo veia com el vent les bellugava», explica. Més endavant, va arribar el seu primer ingrés.

Durant molts anys, els especialistes en salut mental han debatut sobre les possibles causes de les patologies mentals. Un dels corrents defensava que darrere dels trastorns hi havia un factor genètic i l'altra assenyalava els factors ambientals com a principals causants. «Cada cop tenim més clar que no és una dicotomia, sinó que tant els factors biològics com els ambientals poden influir a l'hora d'originar un problema de salut mental», afirma la doctora Àurea Autet. La psiquiatra

Íngrid Ibáñez, que treballa a la nova Unitat d'Hospitalització Infantojuvenil d'Althaia, remarca que «són diverses les causes que poden generar un trastorn mental». Explica que factors ambientals com l'estrès, un entorn desfavorable, el "bulling", el consum de tòxics, els traumatismes cerebrals o una predisposició genètica poden ocasionar-ho.

«Si una persona té una vulnerabilitat genètica i viu en un entorn de pobresa o de maltractament familiar, tindrà més probabilitats de desenvolupar un trastorn», sosté Autet. Segons l'informe "Atenció a la salut mental infantil i adolescent a Catalunya", publicat per la Federació Salut Mental Catalunya i la Fundació Pere Tarrés l'any 2016, «l'empitjorament de les condicions de l'habitatge o l'exposició a una nutrició desequilibrada i precària s'associa amb pitjors condicions de vida que poden augmentar el risc de patiment mental dels adolescents». És rellevant que un 24% dels infants i adolescents acollits per la Direcció General d'Atenció a la Infància i a l'Adolescència (DGAIA) presenten algun problema vinculat amb la salut mental. «Des del CSMIJ, s'organitzen sessions psicoeducatives als diferents centres d'acollida i es mantenen reunions amb els coordinadors del centre», explica la psicòloga del CSMIJ, Laia Majó. Remarca que a l'hora de tractar amb menors que han viscut històries de vida dures «s'ha de prioritzar el seu present i treballar perquè les dificultats intervinguin el mínim possible en el seu futur».

Diversos professionals del CSMIJ destaquen que treballar amb infants i adolescents és un repte perquè és un període vital en què comencen a aflorar les patologies i es pot observar la complexitat del comportament humà. «És una població que, en la majoria de casos, pot presentar més canvis que els adults», afirma la psicòloga Sílvia Delgado, especialitzada en trastorns del neurodesenvolupament. Segons expliquen, els diagnòstics no són tan definitius com els dels adults, sobretot en el cas dels trastorns mentals greus, «perquè durant la seva etapa de creixement encara experimenten canvis hormonals i de personalitat», afirma la psiquiatra Íngrid Ibáñez. En aquest sentit, la doctora Autet afirma que cada trastorn presenta les seves particularitats, «però en el cas dels trastorns del neurodesenvolupament s'ha observat que una intervenció precoç pot millorar l'evolució d'un problema de salut mental».

Josep Franch, vocal territorial d'Activament Catalunya Central.

Entendre el trastorn

Els seus ulls de color mel s'entendreixen mentre mira la seva mare. Recorden el seu pas pel CSMIJ com una etapa aspra i llunyana. «Encara que fos dolorós recordar aquells mesos no ens fa mal perquè ens va acabar unint», explica la mare. Seuen a la terrassa del Griffitch de Manresa i s'agafen les mans. «Superar una anorèxia em va fer conscient de les meves prioritats: davant de tot hi ha la vida i després tota la resta», ressalta la filla.

La Marina va patir anorèxia quan només tenia onze anys. L'any 2003 va començar la malaltia i no va rebre l'alta fins al 2005. La mare, l'Imma, assenyala que l'etapa més dura es va concentrar durant el primer mig any «però amb l'atenció mèdica del CSMIJ es va recuperar». L'Imma lliga la mirada a la seva filla. Ara ja té 27 anys i treballa com a professora de primària. Aquell episodi cada vegada és més remot «però ens va ensenyar a tenir un esperit de confiança».

L'Immariu mentre recorda com era la Marina abans de la malaltia. «Sempre tenia el somriure a punt, era irònica i sempre ens sorprenia fent imitacions». Però quan va desaparèixer aquesta alegria la mare es va començar a alarmar. Durant els primers mesos de l'anorèxia, li van detectar depressió infantil. L'alegria es va transformar en tristesa i mal humor. «El meu únic al·licient era perdre pes», destaca la Marina. Tot i així, s'adonava que la vida anterior a l'escola o a l'esbart s'anava estroncant. Voler tornar-hi va ser el que la va ajudar a recuperar-se. «Sense les coses positives que tenia abans de la malaltia no sé on m'hauria agafat», assegura.

Durant els mesos de tractament, es va poder evitar l'ingrés i la família va adoptar les pautes

marcades pels professionals del CSMIJ. La professional que va dur el seu cas va ser l'Àurea Autet. La Marina encara reté a la memòria fragments de conversa amb la doctora. «Em deia que m'imaginés l'anorèxia com un monstre que tenia al costat, si em continuava obsessionant amb el pes, el monstre s'engrandia i se'm podia acabar menjant», explica la Marina amb un somriure. Ella sentia curiositat per entendre què li passava al meu cervell i «l'Àurea em detallava el moviment de les meves connexions neuronals».

Entendre el comportament del cervell davant d'un problema de salut mental és un pas important a l'hora d'afrontar un diagnòstic. És important que els infants i els joves també participin en aquest reconeixement del trastorn. «Es poden desenvolupar estratègies més enllà del llenguatge més acadèmic, a través de jocs o metàfores», ressalta la psicòloga Anaïs Lara, que treballa a l'hospital de Dia d'Adolescents d'Althaia. El psiquiatre Luís Villar també recalca que la seva funció és «desemascarar el trastorn a la família i a la persona que ho viu en primera persona». En el cas de la psiquiatria infantil i juvenil, la família juga un paper important en el tractament. De fet, la salut mental del menor es treballa des de diversos àmbits. La família, l'escola i els serveis socials tenen una funció important i es coordinen amb els professionals del CSMIJ. Segons l'infermer Diego Pérez, la psiquiatria avança cap a una valoració de la patologia centrada en la persona i «això implica que els professionals mèdics es coordinin amb el seu entorn natural perquè la salut mental es pugui treballar a la comunitat».

Cultura assistencial

«La salut mental no només es cura dins d'un centre psiquiàtric, hi hauria d'haver més sensibilització al carrer», defensa la Isa. Durant les etapes més crues del trastorn, ha hagut d'ingressar en una unitat psiquiàtrica. Destaca que «allà dins es respira un ambient de negativitat que se t'enganxa». La seva amiga, la Sílvia, també ha rebut atenció dins d'una unitat d'aguts i la descriu com un indret fred. «Al final te'n canses i et deprimeixes perquè durant moltes hores dones voltes en un mateix espai», lamenta. Li agradaria que aquests centres s'assimilessin més a una casa, «a un espai acollidor».

Un peluix en forma de conillet dona un to infantil a una de les habitacions de la nova Unitat d'Hospitalització Infantojuvenil d'Althaia, situada a l'Hospital Sant Joan de Déu de Manresa. L'espai es va obrir el desembre de l'any passat i la decoració va ser una de les qüestions que es va tenir en compte a l'hora de dissenyar la planta, segons la psiquiatra Íngrid Ibáñez. Una sanefa blava ressegueix la paret blanca de l'habitació. La fusta de la capçalera i el parquet al terra li donen un aire càlid. Però el peluix és l'únic objecte que indica que allà hi dorm un infant perquè l'espai està buit de joguines, retrats, pòsters i tot l'univers d'una habitació infantil. Al llarg del passadís, s'escampen flors i papallones de paper enganxades a les parets. Abans d'arribar a una sala gran que presenta un gran finestral, hi ha la zona de control des d'on s'observen els moviments de cadascuna de les habitacions.

L'espai es va obrir el desembre de l'any passat i era l'últim dispositiu que faltava per completar totes les àrees de servei de la psiquiatria infantil i juvenil a la zona. Fins ara els pacients que necessitaven aquest servei s'havien de derivar a altres hospitals més llunyans. La planta disposa de deu llits i, en aquests moments, hi ha vuit ingressos. Al llarg del 2017, els hospitals de la xarxa pública de salut mental que atenen població menor de 18 anys van fer 1.864 hospitalitzacions d'aguts. En el cas de les nenes, els diagnòstics d'hospitalització més freqüents són els trastorns de la conducta alimentària. Entre els nens, tenen un pes rellevant els trastorns de l'espectre autista.

«L'ingrés a la planta psiquiàtrica sempre és l'últim recurs, només es decideix utilitzar aquest servei quan la persona viu una situació límit», recorda la psicòloga Gloria de la Rosa, que treballa a la nova unitat d'aguts. Per evitar que es creï un efecte bombolla, «s'intenta que el pacient pugui retornar com més aviat millor al seu entorn natural». Concreta que, quan els riscos disminueixen, «procurem que de seguida puguin sortir a les tardes per recuperar de forma progressiva el seu ambient anterior».

L'antropòleg Àngel Martínez apunta que, amb el pas dels anys, la qualitat assistencial de la psiquiatria ha evolucionat. No obstant, ressalta que caldria dedicar més esforços a treballar a la comunitat. Apunta que en altres punts del món existeixen altres mirades sobre com tractar la salut

mental, que fomenten la participació del pacient i el seu entorn durant la presa de decisions sobre el tractament. Unes mirades que poden inspirar el futur de la psiquiatria de casa nostra. Explica que a Lapònia Occidental, una regió del nord de Finlàndia, s'ha creat un model d'intervenció anomenat "Diàleg obert". Un dels seus màxims exponents és Jaakko Seikkula, professor de psicoteràpia a la Universitat de Jyväskylä i psicòleg amb més de tres dècades d'experiència. En l'article titulat "Hay que sacar la psiquiatria del hospital y llevarla a la calle", publicat a El País, Seikkula va desenvolupar aquesta teràpia juntament amb altres especialistes a mitjans dels anys noranta.

Aquesta teràpia aplicada als pacients amb psicosis atorga veu i vot sobre el tractament als afectats i aspira a evitar la cronicitat dels trastorns. «Quan apareix un brot psicòtic acudim a casa de l'afectat i els encontres es prolonguen fins que la situació s'estabilitza», apunta Seikkula a l'entrevista d'"El País". També destaca que només recreen medicació si l'ajuda psicosocial i psicoterapèutica no és suficient per resoldre una crisi. Segons l'estudi sobre els resultats de cinc anys d'aplicació d'aquesta teràpia en la psicosi, publicat pel professor Seikkula, després de l'aplicació continuada només es registren dos o tres casos nous d'esquizofrènia cada any a la regió, un 90% menys que a principis dels anys vuitanta.

Preprofessional de la nova unitat d'hospitalització infantojuvenil d'Althaia. Foto: Francesc Rubí.

Recursos sanitaris

La filla mostra a la mare petits detalls quotidians que abans passaven desapercebuts. «Ella senyala un fil de llum que entra per una escletxa de la finestra i les dues esclatem de riure perquè veiem com flota la pols dins de la llum». La Rosa Serrano és la mare de l'Alícia, que té setze anys. Recorda l'angoixa familiar quan van saber que la seva filla de dos anys tenia un trastorn de l'espectre autista. «En aquell moment et sents perduda i vaig buscar el consol d'altres famílies que vivien la mateixa situació», explica Serrano. A partir de llavors, es va adonar de la importància de donar suport a les famílies quan reben el diagnòstic. Actualment, és presidenta del Centre de Recursos en Trastorn de l'Espectre Autista de la Catalunya Central i fins fa poc també presidia la Federació Catalana d'Autisme.

Al llarg d'aquests anys, ha rebut l'atenció del CSMIJ. Reivindica que només acudeix a aquest servei de salut mental una vegada cada vuit mesos. «El centre compta amb bons professionals però tinc la sensació que estan força saturats per l'acumulació de visites», apunta Serrano. Comenta que la majoria de teràpies que fa la seva filla només les troba en la sanitat privada. «Durant la setmana, ve una professora d'educació especial a casa que l'ajuda amb els treballs escolars i així pot anar més tranquil·la a l'escola», comenta. Remarca que «tenir un servei com el CSMIJ al territori és una sort però s'hi haurien d'injectar més recursos per tal que pogués oferir un mapa més extens de teràpies adreçades als diferents casos tractats al centre».

Segons apunta la doctora Àurea Autet, anys enrere, «sí que tenia la sensació d'una falta de recursos destinats a la salut mental». Però recorda que l'any 2017 el conseller de salut Toni Comín va fer «una gran inversió» en el pressupost de salut mental arreu de Catalunya. Destaca que aquest major pressupost és el que va permetre obrir la nova unitat d'aguts adreçada als menors. «Es tracta de saber optimitzar els recursos i el temps de què disposem». Sosté que «és habitual la sensació de tenir poc temps per atendre els pacients en el món de la psiquiatria i la psicologia». Considera que aquesta sensació s'hauria de resoldre amb un augment de personal, però també es pot solucionar amb una bona gestió del nostre temps. També ressalta que, respecte les llistes d'espera, s'estableix un criteri de prioritització en funció de la gravetat del cas. «Quan hi ha una emergència els dispositius s'activen de seguida», recorda.

La Rosa Serrano i la seva filla Alícia.

El comiat

«Sense dir ni una paraula, ni tan sols al professor, va arrossegant la bufanda i se'n va cap a un racó». Ell és en Bleff i és el protagonista del conte titulat "Tristesa", de la sèrie de volums "Els tentacles d'en Bleff" d'Eva Clemente i Teresa Arias. En aquest conte, Bleff té els «ulls caiguts cap avall, la boca torta, els braços penjant i tots els tentacles se li han tornat blaus». Què li passa a en Bleff? «La Droy no hi és, ha marxat, ens vam acomiadar ahir. Se n'ha anat de viatge espacial i m'ha deixat sol aquí», explica en Bleff.

El grup de joves també tenen els ulls caiguts cap avall i la boca torçada. Després de planejar les activitats que poden fer durant els mesos d'estiu, l'Àlex els ha donat la notícia. Se'n va de viatge a Sud-amèrica sense un bitllet de tornada previst. És un dels seus somnis. Vol fer-lo realitat abans que el temps corri massa de pressa. Els joves no s'ho esperaven. L'Àlex ja formava part de les seves vides, hi compartien les seves angoixes i les seves il·lusions. Però dissimulen els signes de tristesa i l'animen a emprendre aquesta aventura. L'Àlex se'n va amb la confiança de veure'ls alegres, però amb la preocupació per la poca implicació de l'Ajuntament a l'hora d'incentivar aquest grup de joves. «Aquest espai ha de continuar perquè ells puguin desenvolupar-se i conèixer-se més», subratlla.

Després de formar un mar de llàgrimes, en Bleff decideix escriure una carta sideral a la Droy i enviar-li per coet postal. L'endemà, la Droy l'ha respost amb fotos d'altres planetes. En Bleff es posa a fer bots i vessa una llagrimeta. Ai, li ha tornat la tristesa? No! ara plora d'il·lusió! Els joves també decideixen preparar-li un cartell per dir-li que el trobaran a faltar amb les signatures de tots. L'últim dia abans de marxar, l'Àlex es troba sol al Mosaic, no veu cap jove. Se'n va a fer un cafè al bar del Mirador i se'ls troba tots cridant i rodejats de globus.

Se li dibuixa un somriure al rostre. Els promet que enviarà fotografies del viatge. També els anuncia que no es podran fer les activitats previstes durant el mes de juliol, però que el setembre tindran una nova persona com a dinamitzadora del grup. L'Àlex els encoratja a treballar per fer possibles els seus somnis. La Sílvia somia poder recuperar-se i ser psiquiatra, el Fran desitja que les persones no el jutgin sense conèixer-lo, l'Aitor vol convertir-se en un tatuador, a la Sara li agradaria ser auxiliar d'infermeria, el Nacho pensa que estaria bé una feina relacionada amb l'administració, la Isa vol viatjar a Polònia, on té arrels per part de la seva mare... També vol publicar un llibre de poesies per poder alçar la veu i fer desaparèixer l'estigma en salut mental.

Un ventall de programes i associacions

A l'hora d'elaborar aquest reportatge hem comptat amb la col·laboració d'una desena de professionals del CSMIJ de Manresa. La majoria són responsables d'algun dels programes que promou el centre. Un dels més rellevants és el de "Salut i Escola", que coordina la psicòloga Íngrid Delgado, que destaca que l'objectiu és portar la figura d'una infermera als instituts per fer més accessible el servei sanitari als adolescents. Una altra de les professionals que ha col·laborat en aquest reportatge, Núria Fuentes, s'encarrega de coordinar les activitats de grup. Al llarg del 2018, s'han fet diverses sessions grupals, adreçades als pares i als infants, on es tracten diferents trastorns mentals de forma específica. La psiquiatra Judit Fernández també ha participat en l'elaboració del reportatge i s'encarrega de mantenir un enllaç comunicatiu amb l'escola Jeroni de Moragas, ja que molts dels nens que visita estan escolaritzats en aquell centre. Cada mes es reuneix amb Ampans per garantir un treball en xarxa. Per últim, la treballadora social del CSMIJ, Ariadna Muntaner, també ens ha aportat informació. Hem comptat, a més, amb la col·laboració de Mireia Ribas, que està al capdavant de l'Espai Situa't, de Manresa, vinculat a la Federació Salut Mental Catalunya. Es tracta d'un punt d'informació i de suport per a la salut mental. L'Associació Salut Mental del Bages també ha estat consultada, de la mà de la seva presidenta,

Juliana Santamaría, i d'una de les integrants de l'associació, Aina Puigdellivol.

Joves del projecte Mosaic. Foto: Francesc Rubí.