



GUÍA PARA LA
PROMOCIÓN DE
LA SALUD MENTAL
EN EL MEDIO
PENITENCIARIO

MEMORIA
DE ACTIVIDAD



O.- DATOS DE LA ENTIDAD

Nombre de la entidad: VINCLES SALUT

CIF: G98036775

Dirección: C/ Virgen del Puig, 11-6^a 46011 Valencia

Tfno: 627 254 979

E-mail: vincles.salut@gmail.com

Representante legal: Julián González Aracil

D.N.I.: 22.001.294-T

1.- INTRODUCCIÓN

En 2009, la Coordinación de Sanidad Penitenciaria acordó que VINCLES SALUT elaborara una guía para la promoción de la salud mental en el medio penitenciario en formato taller para que cualquier profesional, no especialista en salud mental, pudiera implementarla.

El equipo VINCLES SALUT realizó una propuesta de módulos y temas para la guía a realizar en un período de 3 años. Se acordó elaborar en 2009 los módulos autoestima y pensar en positivo, así como la realización de un pilotaje de estos módulos en los Centros Penitenciarios de Zuera y Valencia.

Se realizó una búsqueda bibliográfica, se elaboraron las sesiones de los dos módulos (2 de autoestima y 2 de pensar en positivo), se pilotaron y se incorporaron algunas de las mejoras que habían sido propuestas por el grupo de internas e internos y por el grupo de profesionales participantes en el pilotaje. Los módulos fueron entregados a la Coordinación de Sanidad Penitenciaria en enero de 2010.

2.- OBJETIVO

Elaborar los módulos de salud emocional, habilidades de comunicación interpersonal, afrontamiento de la ira y de la hostilidad, habilidades de solución de problemas y toma de decisiones y resiliencia de una guía en formato taller para la promoción de la salud mental para ser implementada en el medio penitenciario por profesionales no especialistas en salud mental.

3. - ETAPAS DEL TRABAJO REALIZADO

Etapa 1. Elaboración de los módulos.

En abril de 2010, se realizó una revisión de la literatura sobre los temas que iban a trabajarse en los módulos para tratar de identificar tanto materiales teóricos como dinámicas que sirvieran para conseguir los objetivos de trabajo y pudieran adaptarse al medio penitenciario.

Se acordó que las sesiones tuvieran una duración de 2 horas cada una de ellas, teniendo en cuenta que el tiempo efectivo de trabajo por sesión no superara los 90 minutos al ser muy frecuentes los retrasos de las personas participantes en los talleres.

De abril a septiembre de 2010, se elaboraron los módulos de salud emocional, habilidades de comunicación, afrontamiento de la ira, solución de problemas y resiliencia.

El resultado ha sido un trabajo de 5 módulos con un desarrollo de 8 sesiones, que se detallan a continuación:

- Salud emocional: 2 sesiones
- Afrontamiento de la ira y la hostilidad: 1 sesión
- Solución de problemas y toma de decisiones: 1 sesión
- Habilidades de comunicación interpersonal: 3 sesiones
- Resiliencia: 1 sesión

Cada módulo está compuesto por objetivos a alcanzar, material de apoyo complementario sobre el tema dirigido a la persona facilitadora del taller, descripción de las actividades para conseguir los objetivos (título de la actividad, objetivos, materiales, desarrollo de la dinámica, tiempo estimado y conclusiones) y finalmente, las conclusiones del módulo.

En septiembre de 2010, los módulos fueron revisados por todos los miembros del equipo proponiendo la incorporación de mejoras y cambios para una mayor comprensión de los materiales y dinámicas por parte de profesionales no especialistas en salud mental y para una mayor adaptación de las dinámicas al medio penitenciario.

Se consideró necesario realizar un pilotaje de los módulos para valorar su funcionamiento, en particular, de aquellas dinámicas grupales diseñadas para estos módulos. El pilotaje fue realizado en el Centro Penitenciario de Valencia.

Etapa 2. Planificación, preparación, ejecución y evaluación del pilotaje

En noviembre de 2010, se establecieron los contactos telefónicos y mailing con la Subdirección Médica y de Tratamiento del Centro Penitenciario de Valencia para presentar el trabajo realizado y solicitar su colaboración en la realización del pilotaje.

Se contactó también por mailing con la asociación HEDRA de Valencia, con una larga trayectoria en el desarrollo de programas de promoción de salud en el centro penitenciario y con un buen conocimiento de la población interna, para que colaborara en la selección de los internos e internas participantes en el pilotaje.

Se decidió que el pilotaje fuera realizado en el Centro de Penados. Se acordó el perfil de participantes compatible con el de agente de salud: personas motivadas por el cuidado de la salud, ayudar a otras personas, con nivel de lectoescritura y habilidades de comunicación, mujeres y hombres, y pertenencia a grupos culturales diversos (población autóctona y gitana e inmigrante). Se valoró haber participado en el pilotaje de los primeros módulos de la guía. La selección del grupo fue realizada por la Subdirectora de Tratamiento del Centro Penitenciario y por la coordinadora de la asociación HEDRA. Se seleccionaron 17 internos e internas.

Se decidió pilotar un total de 5 sesiones, correspondientes a solución de problemas y toma de decisiones, afrontamiento de la ira y la hostilidad, las de salud emocional y la de resiliencia. Estas

sesiones contenían actividades que habían sido diseñadas especialmente para estos módulos por el equipo de VINCLES SALUT.

Las tres sesiones de habilidades de comunicación interpersonal, ya se habían probado en varias ocasiones por parte del grupo de trabajo, funcionaban bien y se decidió no incluirlas.

Las aulas fueron las que en aquel momento había disponibles en el centro: aula del área sociocultural y aula del módulo de enfermería. Se fijaron las fechas del pilotaje y se tramitaron las autorizaciones de materiales, permisos de entrada para el grupo de profesionales de VINCLES SALUT y órdenes para los internos e internas seleccionados.

El pilotaje estaba previsto iniciarse en la última semana de noviembre, pero hubo de ser pospuesto a principios de diciembre por incidencias en la gestión de las órdenes y permisos de asistencia del grupo de internos e internas a la actividad. Se realizaron las gestiones oportunas para su resolución colaborando la Subdirectora de Tratamiento del Centro de Preventivos. El pilotaje tuvo lugar del 3 al 22 de diciembre de 2010.

Del grupo seleccionado, participaron un total de 12 personas. El resto no asistió por motivos de incompatibilidad con horarios de destino de trabajo. De estas 12 personas, 3 eran mujeres, una de ellas de Lituania. De los 9 hombres, 2 eran españoles de etnia gitana. Dos personas, un hombre y una mujer, habían participado en el pilotaje de los módulos de autoestima y pensar en positivo.

La asistencia a las sesiones por parte del grupo fue alta: a la sesión de solución de problemas asistieron 5 personas, a la de afrontamiento de la ira 7, a las de salud emocional, 10 y 8 personas respectivamente, y a la de resiliencia 12. En todas las sesiones, hubo una alta participación y buen clima grupal.

Los instrumentos de evaluación utilizados fueron los siguientes:

1. Registro de asistencia de participantes a las sesiones
2. *Ficha de sesión*: en las que se recogía el nombre de la actividad, realización y motivos de la no realización, tiempo real empleado, materiales utilizados, logro de objetivos y observaciones durante la actividad.
3. *Cuestionario de opinión de participantes*: grado de interés del módulo y de los temas tratados, valoración de las actividades, comprensión de la información, tiempo asignado y aplicabilidad, valoración de los aspectos que más les habían gustado y de los aspectos a mejorar.
4. *Cuestionario de opinión de profesionales*: cumplimentado al finalizar cada una de las sesiones para valorar el nivel de participación del grupo, realización de las actividades previstas, tiempo asignado, adecuación a los objetivos y satisfacción de participantes. Se proponían también cambios a incorporar si se realizaran de nuevo las mismas sesiones.
5. *Sugerencias de cambio en las dinámicas propuestas por el grupo de internos e internas*: al finalizar cada una de las sesiones, se recogían las sugerencias de cambios que el grupo proponía para mejorar las dinámicas

La evaluación global de los módulos fue muy positiva. Los temas, contenidos y actividades se consideraron de gran interés y aplicabilidad tanto por el grupo de internos e internas como de profesionales.

El grupo de internas e internos valoró positivamente la forma de tratar los temas, la cercanía profesionales-población, la participación, la cohesión grupal, la comunicación, la implicación, el respeto, el compañerismo y la motivación logrados con las sesiones. Los aspectos peor valorados fueron el tiempo proponiendo que hubiera un mayor número de sesiones y mejorar el espacio físico (las características de las aulas).

Las propuestas de cambios y mejoras en las dinámicas del grupo de internas e internos y de profesionales coincidían en su mayoría.

A las internas e internos se les regaló el libro de poemas “Antología poética” de Antonio Machado de la editorial Espasa Calpe y un set de varitas y portavaritas de incienso para la práctica de la relajación por su participación y contribución a la mejora de las sesiones.

Etapa 3. Cambios y mejoras incorporados en los módulos de la guía

Entre diciembre de 2010 y enero de 2011, se incorporaron los cambios y sugerencias a las sesiones. Todas fueron revisadas de nuevo por los miembros del equipo VINCLES SALUT. Las sesiones definitivas figuran en un documento anexo al presente informe.

Anexo 1. Módulos de la guía:

- Salud emocional
- Manejo de la ira y la hostilidad
- Habilidades de solución de problemas
- Habilidades de comunicación interpersonal
- Resiliencia

4.- PROPUESTA DE TRABAJO PARA 2011

En la tabla que se presenta a continuación figura el trabajo realizado en los años 2009 y 2010 y la propuesta de trabajo a realizar en 2011 para concluir la guía.

Vincles

DISTRIBUCIÓN POR AÑOS DEL TRABAJO DE LA GUÍA DE PROMOCIÓN DE SALUD MENTAL

2009	Módulos <i>Autoestima</i> <i>Pensar en positivo</i> Pilotaje
2010	Módulos <i>Salud emocional</i> <i>Afrontamiento de la ira</i> <i>Solución de problemas y toma de decisiones</i> <i>Habilidades de comunicación interpersonal</i> <i>Resiliencia</i> Pilotaje
2011	Módulos <i>Salud mental y motivación para el cambio</i> <i>Regulación emocional. Habilidades para relajarse</i> <i>Ser protagonista de mi proceso de cambio, cambios en el centro y a mi salida en libertad</i> Guía <i>Introducción. Fundamentación</i> <i>Descripción. Metodología</i> <i>Evaluación del proceso</i> Maquetación

En 2011, la propuesta de trabajo es realizar los tres módulos temáticos que faltan de la guía y elaborar los apartados de introducción, fundamentación, descripción de la guía, metodología y evaluación del proceso. Seguidamente, se procedería a su maquetación para que pudiera ser presentada en el último trimestre del año.

Valencia a 2 de febrero de 2011

VINCLES SALUT

Vincles