

## Salut



Àngel Urbina, a l'esquerra, i Edgar Vinyals, dos dels malalts mentals que no tenen cap problema a l'hora d'explicar el seu cas per trencar barreres i prejudicis ■ JOSÉ CARLOS LEÓN / ALBERT SALAMÉ

# Contra l'estigma

**SENSIBILITZACIÓ** • L'associació Obertament impulsa una campanya de conscienciació amb l'objectiu de posar fi a la discriminació de què és víctima la gent que té una malaltia mental **PERSONALITZACIÓ** • Persones amb algun tipus de trastorn mental expliquen la seva experiència per contribuir a trencar barreres i a canviar la mirada de la societat

**Virtudes Pérez**  
BARCELONA

**P**arla amb una sensibilitat i una claredat extremes i la seva mirada no sembla amagar cap indici de trastorn psiquiàtric. Però Edgar Vinyals és una de les nombroses persones que lluiten cada dia per trencar esquemes, per esborrar l'estigma, per posar fi a la discriminació que encara han de suportar tots aquells que pateixen algun tipus de malaltia mental. Amb només 15 anys li van diagnosticar un trastorn bipolar, li van donar una medicació de xoc i el van ingressar en un centre psiquiàtric, on durant dos dies va estar lligat al llit en una habitació fosca. Ara en té 27, lidera l'associació d'oci inclusiu Sarau i ja no es medica; ho va deixar fa dos anys.

L'Edgar és una de les persones que participen en la campanya de sensibilització d'Obertament, una associació que lluita contra la discriminació de les persones amb problemàtiques de salut mental. Fa xerrades, ofereix entrevistes i no té recança a l'hora d'explicar el seu cas

a qui li ho pregunta. Perquè d'això es tracta, de trencar barreres, d'ensorrar prejudicis, de canviar la mirada de la gent envers les malalties psiquiàtriques. "Quan t'ingressen en un centre, et criminalitzen, és un impacte traumàtic i et col·loquen en una situació de gran vulnerabilitat en què sembla que els fàrmacs siguin l'única solució", comenta Vinyals, més partidari de tractar els episodis de deliri des de la comprensió, des del diàleg. "Hi ha estudis que demostren que és millor tractar els malalts des de l'escolta

**"Quan t'ingressen en un centre psiquiàtric et criminalitzen; és un impacte traumàtic"**

més que des de l'opressió", subratlla, absolutament convençut que és possible posar fi a la imatge estereotipada dels malalts mentals. "Costarà temps, perquè la tendència de la societat és arraconar totes les persones que surten de la norma perquè representen un perill."

Ho té clar perquè ell n'és un

exemple. Tot i les dificultats, es va treure el grau superior d'integració social i va fundar Sarau. "Acabes perdent la identitat i és molt important recuperar el protagonisme, la veu i la llibertat individual per poder definir el teu projecte de vida."

Àngel Urbina és un altre exemple de com una persona amb una malaltia mental important pot fer una vida absolutament normal. En el seu cas, el diagnòstic va ser esquizofrènia paranoide, una etiqueta que, segons ell mateix reconeix, "pot generar desconfiança perquè els prejudicis estan en l'imaginari col·lectiu". La malaltia se li va manifestar quan començava a estudiar enginyeria industrial i va trigar anys a acabar la carrera. Al final, però, ho va aconseguir i ara, amb 45 anys, casat i amb una filla d'11, treballa a l'empresa Repsol de Tarragona. "El missatge que sempre dono és d'optimisme. Perquè és veritat que he passat per moments molt foscos, però la malaltia m'ha convertit també en millor persona, he desenvolupat més sensibilitat."

L'Àngel també forma part de l'associació Obertament, on estan integrades totes les entitats que treba-

**Celebració a Sabadell**

El dia 10 d'octubre és el Dia Mundial de la Salut Mental. A Catalunya, però, la celebració es va fer ahir a Sabadell, amb una festa organitzada per la Federació de Familiars de Malalts Mentals, la Fundació Funamnt i l'Associació Salut Mental de Sabadell amb el lema "La depressió, un problema global". El govern va anunciar la posada en marxa d'un pla integral per a la salut mental.

llen en temes de salut mental. Com l'Edgar, fa xerrades en què intenta "posar fi a certs tabús". Encara es medica, "com fan els diabètics", i anima tota la gent que té problemes mentals que ho expliqui, "perquè és des del coneixement que es trenquen les barreres".

L'associació Obertament va començar a caminar l'any 2010. Està integrada per Ademem, Usuaris de Salut Mental de Catalunya, l'Associació d'Entitats Sanitàries i Socials **La Unió**, la Federació Catalana de Familiars de Malalts Mentals Fecafamm, el Fòrum de Salut Mental i el Consorci de Salut Social de Catalunya. El seu vicepresident, Albert Ferrer, explica que el seu gran objectiu "és modificar les creences i posar fi a la discriminació de què són víctimes les persones amb una malaltia mental". Entre les moltes activitats que fa l'associació, hi ha una campanya, ben visible actualment als mitjans de comunicació i en la qual han participat personatges mediàtics i actors. El seu lema resumeix perfectament el *leitmotiv* de l'entitat: "El que ens allunya no és el trastorn mental, són els teus prejudicis." ■