

**Títol de l'experiència:** Programa *“Espai Jove.net: un espai per a la salut mental”*

**Autors:** Juan José Gil, Rocío Casañas, Gemma Castells, Àngels Pujol i Lluís Lalucat.

**Persona que farà la comunicació oral:** Juan José Gil Moreno

**Centre:** Centre Salut Mental Infanto- Juvenil ( CSMIJ) de Les Corts i Sarrià- Sant Gervasi. Centre Higiene Mental Les Corts. Grup CHM Salut Mental.

**Dades de contacte:** c/ Montnegre 21, 3a Planta. 08029 Barcelona

**Telèfon:** 93.419.14.59

**Correu electrònic:** [juanjo.gil@chmcorts.com](mailto:juanjo.gil@chmcorts.com)

## **Abstrac**

**Introducció:** L'*Espai Jove.net* es una intervenció comunitària d'alfabetització en salut mental (SM) a la població general. L'alfabetització es defineix com els coneixements i creences que ajuden al reconeixement, maneig o prevenció dels trastorns mentals (TM). Estudis recents mostren que un major coneixement sobre la SM i els TM entre la població jove pot comportar millors condicions per a aquells que experimenten TM, atès que millora la comprensió dels problemes emocionals, facilita la detecció del malestar psicològic i afavoreix conductes de cerca d'ajuda professional.

**Objectiu:** L'objectiu general és la promoció de la SM, la prevenció dels TM i la disminució de l'estigma associat als TM en la població jove. Els objectius específics són: 1. Millorar els coneixement de SM dels joves; 2. Conèixer i promoure conductes saludables per la SM; 3. Conèixer i disminuir les conductes de risc per la SM; 4. Facilitar la detecció primerenca dels TM; 5. Orientar sobre la xarxa pública d'atenció a la SM i 6. Disminuir l'estigma associat als TM.

**Metodologia:** La població diana són els joves escolaritzats de 12 a 18 anys que estan cursant E.S.O., Batxillerat o Cicles formatius. Les poblacions de suport són les famílies i els professionals de l'àmbit educatiu, sanitari, social i comunitari que treballen en contacte amb la població diana.

El projecte inclou: a) Intervencions de sensibilització ( 1h) i formació ( 6h) per a joves en l'àmbit escolar i per a famílies i professionals que treballen en contacte amb ells; b) Xerrades de sensibilització (1h) sobre temes de salut mental adreçats a joves i famílies en dispositius comunitaris; c) Intervencions mitjançant l'ús de les TIC (xarxes socials Twitter i Facebook i web [www.espaijove.net](http://www.espaijove.net) ).

**Resultats:** Durant els cursos escolars 2012/13, 2013/14 i 2014/15 s'han realitzat 206 activitats de sensibilització i formació on varen participar 5.342 joves amb edats compreses entre els 12 i 19 anys de 19 escoles públiques i concertades de Barcelona ciutat, i formació a 448 familiars i professionals en contacte amb ells.

Els resultats de l'enquesta de satisfacció d'una mostra de 2.767 joves són: al 91% li ha semblat interessant i útil, el 85% està satisfet d'haver participat, el 78% recomanaria fer l'activitat i al 74% han resolt els seus dubtes. També hi ha una millora de l'estigma. Les visites a la web ha estat de 35.429 durant el 2013, 97.875 al 2014 i de 87.232 visites fins al setembre del 2015.

**Conclusions:** S'observa un desconeixement per part dels joves sobre la salut mental i la xarxa assistencial. Tots els centres educatius han repetit la intervenció, augmentant un 30% el nombre de tallers. Els joves recomanen continuar amb el programa a la seva escola i s'observa un increment del 60% anual de les visites i consultes a la web.