



UNA ENTITAT DE L'EIXAMPLE

Llum en la salut mental

Obertament fa set anys que està treballant contra l'estigma dels trastorns psíquics ≡ **L'associació**, que agrupa cinc oenagés, organitza campanyes de sensibilització

ANNA ROCASALVA
 BARCELONA

Després de més de 20 anys de servei a la Guàrdia Urbana, un tribunal mèdic va incapacitar Mercedes Ruiz degut als episodis de depressió que la feien absentar-se de la feina. Després de vuit anys, Ruiz segueix recordant el prejudici dels seus companys i comandaments directes a l'assabentar-se del seu trastorn. «Insinuaven que jo no volia treballar o que havia d'esforçar-me més», explica. «Però el pitjor va ser la discriminació de l'inspector mèdic que em va empènyer a acceptar la incapacitat contra la meua voluntat».

El cas de Ruiz no és un fet aïllat. La discriminació per raons de salut mental està molt estesa a Catalunya. Segons un estudi dut a terme per l'associació Obertament, la Universitat Autònoma de Barcelona i la consultoria Spora Sinergies, el 81% de les persones amb trastorns mentals han sigut objecte de discriminació. Una dada alarmant tenint en compte que una de cada quatre persones a Catalunya pateix o podria patir una malaltia mental.

«Naturalitzar i visibilitzar la malaltia és el primer pas per a la recuperació», afirma Àlex Martín, un dels voluntaris de l'associació Obertament. «Els que patim un problema de salut mental solem sentir-nos estigmatitzats perquè se'ns jutja, se'ns sobreprotegeix,



CARLOS VALBUENA

►► **Director i voluntària** ► Juncosa i Ruiz, tots dos d'Obertament.

se'ns rebutja o se'ns victimitza», afegeix.

Actualment, tant Martín com Ruiz s'han convertit en activistes antiestigma formats a l'associació Obertament. «Fundada el mes de desembre del 2010, som una de les cinc principals entitats catalanes relacionades amb la salut mental que va néixer per lluitar contra l'estigma», explica el director d'Obertament, Miquel Juncosa. Aquestes entitats són la Federació Veus, Salut Mental Catalunya, Fòrum Salut Mental, Consorci de Salut i Social de Catalunya i **La Unió (Associació d'En-**

titats Sanitàries i Socials).

Des de la seva seu a la ronda de Sant Pere, 28, l'equip d'Obertament dirigeix quatre línies d'actuació. «La més coneguda són les campanyes massives de comunicació per normalitzar els trastorns mentals», afirma el director.

Amb l'ajuda d'experts i les experiències dels voluntaris, Obertament també ha creat una metodologia antiestigma per a l'àmbit educatiu, els mitjans de comunicació, la sanitat i el sector laboral. «El projecte educatiu amb alumnes de tercer d'ESO té molt èxit», explica Juncosa.

Actuació local

A Obertament tenen clar que en la lluita contra l'estigma el que funciona millor són les intervencions a nivell local. Per això, l'associació està formant diverses entitats de Catalunya. «És el que anomenem els plans locals, que estan en una fase inicial», comenta el director. La formació també s'estén a grups de persones amb trastorns de salut mental perquè tinguin eines per lluitar contra els prejudicis en tots els àmbits de la seva vida diària.

«Participar en Obertament m'ha apoderat i m'ha demostrat que amb la meua experiència puc ajudar altres persones», explica Mercedes. «La meua intenció a llarg termini és tornar a treballar a la policia i, vés a saber, ¡potser seré la primera a aconseguir-ho!», diu. ≡

OBERTAMENT
Ronda de Sant Pere, 28
(La Dreta de l'Eixample)

Objectiu
 La lluita contra l'estigma dels trastorns mentals.

5 associacions formen l'entitat

www.obertament.org