



Pasaje Castavi Nº 3-1º-2ª
07800 Eivissa. Islas Baleares. España
Teléfono/Fax: 971393264. NIF: G57577892
adisamef@gmail.com

CARTA DE PRESENTACIÓN DE LAS II JORNADAS PITIUSAS (IBIZA Y FORMENTERA) PRO SALUD MENTAL

Queridos compañeros/as y amigos/as:

Constituye para nosotros una enorme satisfacción presentaros las “II JORNADAS PITIUSAS (IBIZA Y FORMENTERA) PRO SALUD MENTAL” organizadas por la Asociación para la Docencia e Investigación en Salud Mental de Eivissa y Formentera (ADISAMEF) las cuales, se celebrarán en Ibiza los días 8, 9 y 10 de octubre con ocasión del día mundial de la salud mental, (10 de octubre), en el marco incomparable de nuestras islas.

En esta ocasión, las jornadas se dedicarán, a una temática, muy unida, a la condición humana: “LA CRISIS PSICOLÓGICA EN EL SER HUMANO Y EN SUS DIFERENTES CONTEXTOS.” La crisis será pues abordada, no sólo desde el aspecto psiquiátrico o psicológico, sino también desde el sociológico, sanitario y educativo, invitando a participar en ellas a todos los profesionales de estos ámbitos que quieran adentrarse en este tema tan interesante y tan actual.

En diferentes circunstancias de la vida, a casi todos los seres humanos se les presentan una serie de sucesos, tanto positivos como negativos que les llevan a enfrentarse a un estado de crisis, de ruptura, con un punto de inflexión que marca un “antes de” y un “después de”, con la consiguiente pérdida del equilibrio psicossomático y emocional; crisis que si no es resuelta adecuadamente, conlleva el riesgo de padecer graves problemas psicológicos.

Sin la ayuda adecuada, la crisis para algunos puede ser también fuente de sufrimiento inútil y desencadenante de enfermedad.

Una crisis es un estado temporal de trastorno y desorganización, caracterizado básicamente por una incapacidad del sujeto para manejar (emocional y conceptualmente) situaciones particulares con los recursos habituales.

Independientemente del tipo de crisis que sea, el evento es emocionalmente significativo para el sujeto que lo vive e implica un cambio radical en su existencia. El individuo se enfrenta a una situación ante la cual sus recursos de adaptación, así como sus mecanismos de defensa usuales, no funcionan. La situación que tiene que afrontar rebasa sus capacidades de resolución y por ello se encuentra en franco desequilibrio. Como resultado de todo esto, la persona experimenta una mayor tensión y ansiedad, lo cual la inhabilita aún más para encontrar una solución.

No obstante, aunque son momentos de gran vulnerabilidad, también lo son de mayores oportunidades de crecimiento interno.

La muerte de un ser querido, la ruptura de una relación, la pérdida de un trabajo, una enfermedad seria, la paternidad y la maternidad, el matrimonio, un ascenso importante

en el trabajo... Todos estos son ejemplos de situaciones, tanto negativas como positivas, que pueden colocar al sujeto que las vive en una situación de crisis.

La capacidad de resiliencia –resistencia ante la adversidad y capacidad de recuperación-, así como la capacidad de afrontar lo nuevo y lo diferente de forma creativa, son para la persona que se enfrenta a una situación de crisis, importantes factores de protección de su salud y equilibrio psíquicos. La resiliencia, que tiene fundamentos psicobiológicos y psicosociales, es un proceso dinámico que se va desarrollando de forma cambiante en función de la interacción del sujeto con su entorno.

Además de estas circunstancias de carácter personal, hay otros síntomas en la sociedad en que vivimos que propician la proliferación del malestar de nuestra época y dificultan la creación de los nuevos recursos indispensables para afrontar con éxito la necesidad de un profundo cambio que la situación de crisis social genera. Veamos algunos ejemplos:

- *La prisa, la aceleración y la instantaneidad.* Vivimos una época de cambios vertiginosos y fugaces. Es el tiempo de lo instantáneo, de lo inmediato, de la urgencia que empuja al acto sin el espacio y sin la oportunidad de tomarse un tiempo para pensar, para comprender. Tenemos tendencia a olvidar que la homeostasis, el equilibrio, la estabilidad, son tan necesarios como el cambio para la supervivencia y el desarrollo del ser humano.
- *El rechazo de la espera y la búsqueda de un placer inmediato* que no se puede disfrutar debido a la gran preocupación, al miedo y a la ansiedad por el futuro que las crisis económicas, el desempleo y el creciente temor en temas de salud están generando en la población.
- *El consumo desenfrenado* de objetos, de conocimientos, (incorporados de forma pasiva y poco creativa), de actividades programadas y de ocio en un ciclo de innovación frenética.
- *El declive de la autoridad* reguladora de la convivencia social y *la caída de los ideales* necesarios para orientarse en la vida.
- *La necesidad de alcanzar la felicidad inmediata;* felicidad, que deja de ser entonces un ideal a intentar conseguir para convertirse en un imperativo, que sustituyendo al deseo, evite la frustración y la espera.
- *El rechazo del sufrimiento*, pues todo lo que puede producir malestar “debe ser suprimido”: si muere un ser querido, se procurará apartar el sufrimiento y el trabajo psíquico del duelo con los psicofármacos adecuados, (antidepresivos o ansiolíticos); si alguna parte del cuerpo no agrada, se puede modificar fácilmente, etc. En definitiva, el aplastamiento del deseo por el goce.
- *El narcisismo patológico* fomentado y reforzado por el materialismo, donde el sujeto parece encontrar su identidad y autoestima reflejándose en los objetos que consume o que tiene.

Y con este panorama surgen diversos interrogantes: ¿Cómo lo estamos afrontando? ¿Cuál es el mejor modo de hacerlo sin que esas situaciones acaben con nosotros?

La capacidad de recuperación no es un rasgo que una persona tiene o no, sino que implica una serie de conductas, sentimientos, pensamientos y acciones que pueden aprenderse y desarrollarse.

Para ello, la intervención llevada a cabo por profesionales de la Salud Mental, puede suponer, una ayuda inmediata para aquellas personas que atraviesan un periodo de crisis y necesitan restablecer su equilibrio emocional.

La crisis psicológica podría definirse también como una ruptura del equilibrio psicodinámico de la persona y de su entorno familiar, social o profesional. Desde esta perspectiva, su tratamiento tendría como objetivo el crear unas condiciones especiales, un marco de trabajo psíquico propicio para contener y elaborar los determinantes de la crisis, gracias al trabajo intrapsíquico de la persona que la padece.

Es decir, se ha de huir de la prisa por deshacerse del malestar sin elaborarlo, “sin pensarlo”, sin comprender sus causas, tal y como hacen algunas terapias que lo intentan excluir -vano intento- tanto en lo que concierne al valor de “la palabra” como en lo que concierne a la responsabilidad del sujeto.

El objetivo del trabajo de crisis sería el de sacar el mejor partido de ese momento de ruptura, considerado como fecundo. Las defensas del sujeto que la padece suelen estar disminuidas y debilitadas sus emociones, muy intensas, son fáciles de movilizar. Todo ello crea unas condiciones muy favorables para intentar desarrollar y utilizar nuevos recursos internos que permitan un funcionamiento psico-afectivo mejor que el que se tenía antes de la crisis. El nuevo equilibrio psico-afectivo conseguido, tras superar con éxito la crisis, conduciría a un bienestar y a un grado de autonomía personal mayor y mejor.

En definitiva, defendemos y postulamos una intervención psicoterapéutica en la situación de crisis que respete la subjetividad de la persona, que considere al afectado un colaborador activo y responsable en lo que está viviendo y en su tratamiento, así como, una actitud del profesional en la que esté presente la escucha comprensiva y empática que ayudará a la persona que la padece a descifrar, afrontar y superar su propio malestar.

Por ello os invitamos a transitar con nosotros las crisis en sus diferentes contextos, con el objetivo de esclarecer, desde todos los ámbitos posibles, las estrategias necesarias para comprender un poco más los caminos inescrutables de la compleja, sorprendente y apasionante mente humana.

Como el pasado año, mantenemos la presencia de espacios diferenciados y estrechamente relacionados entre sí que, además de dar cabida a las jornadas científicas propiamente dichas -en las que puede participar cualquier profesional o persona interesada previo pago de la cuota de inscripción- que tendrán lugar el viernes día 9, (todo el día) y el sábado día 10 de octubre por la mañana, ofrecen la posibilidad de propiciar el encuentro e intercambio de experiencias. Cumplen este objetivo los talleres simultáneos constituidos por grupos limitados de personas para facilitar el intercambio y la interacción entre los participantes. Se trata de tres talleres previos a las jornadas científicas que tendrán lugar el jueves día 8 de octubre por la tarde y en los que pueden participar de forma gratuita y previa inscripción, las personas afectadas, sus familiares, los profesionales que les atienden y cuantas personas estén interesadas en asistir y participar.

Por otra parte, habrá dos espacios abiertos al público en general mediante los cuales pretendemos hacer realidad la filosofía y el espíritu que inspira el modelo comunitario de atención a la salud mental, -salud mental, de, en y para la comunidad- los cuales tendrán lugar el jueves día 8 de octubre por la tarde tras los talleres y el sábado día 10 de octubre por la tarde. Se trata, en este caso, de la mesa redonda y el vídeo-debate indicados en el programa. Como hicimos el año pasado con la obra de teatro elegida, este año la que vamos a representar va a servir de introducción a las jornadas del próximo año -días 7, 8 y 9 de octubre de 2010-, que tratarán los trastornos de la personalidad.

El clima propicio para el descubrimiento de los atractivos naturales que nuestras islas ofrecen, la visita guiada -este año con sorpresa incluida -por el casco antiguo de la ciudad de Eivissa, (Dalt Vila), declarado patrimonio de la humanidad- visita que tendrá lugar el sábado día 10 de octubre por la tarde-, la oferta de ocio nocturno de reconocido prestigio internacional y su excelente oferta gastronómica, constituyen un complemento lúdico al contenido científico de las jornadas que esperamos os motive a viajar y compartir con nosotros esos días.

De forma coherente con el mencionado principio de salud mental comunitaria, hemos velado para que en la constitución y composición de ADISAMEF haya un máximo de representatividad y de interdisciplinariedad, con la inclusión de un amplio espectro que abarca desde las asociaciones de afectados y sus familiares hasta los profesionales que los atienden y sus respectivos colegios o asociaciones profesionales, tales como el Colegio Oficial de Médicos y el de Psicólogos de Baleares, la Asociación de Guarderías, los equipos multiprofesionales del ámbito de la educación, enfermería, trabajadores y educadores sociales etc. También hemos tratado de conseguir la implicación de múltiples y diferentes organismos y entidades, tanto públicas como privadas, en la organización, patrocinio y difusión de estas jornadas. A todos ellos nuestro reconocimiento y gratitud.

A diferencia de otras jornadas y congresos que se celebran en todo el país, el comité organizador ha querido que las cuotas de inscripción fueran prácticamente simbólicas, al haber conseguido financiación suficiente de entidades públicas y privadas y no tener ningún ánimo de lucro, haciendo de este modo que puedan ser asequibles a todos los profesionales interesados.

¡Os esperamos!

“El huracán nunca se ha llevado todas las piedras”. (Jordi Coca 1947).

Más información:

ADISAMEF: www.adisamef.com y adisamef@gmail.com

APFEM: www.apfem.com y apfem@hotmail.com . Teléfono y Fax: 971 30 26 92.
Teléfono: 971 39 26 94

DEFORSAM: deforsam@yahoo.es . Teléfono: 971 31 62 34 y Fax: 971 31 73 64

IBIZA, junio de 2009

En nombre del Comité Organizador,

Juan Larbán Vera

Presidente del Comité organizador

Presidente de ADISAMEF

Junta Directiva:

Presidente: Juan Larbán; **Vicepresidente 1º:** José Segador; **Vicepresidenta 2ª:** Irene Escandell; **Vicepresidenta 3ª:** María de Gracia Furniet; **Secretaria:** Antonia Mª Cardona; **Vicesecretaria:** Amelia Torres; **Tesorero:** Manuel Alonso; **Vicetesorera:** Antonia González.