

ALMERÍA

LA ENTREVISTA



RUBÉN GARCÍA FELICES

Artista, fotógrafo y comisario • www.rubengarciafotografia.es

CRISTINA GONZÁLEZ ACIÉN. ACTIVISTA POR LA SALUD MENTAL

● Conocida dentro y fuera de nuestra provincia por su lucha en la causa de la salud mental desde hace más de cuatro décadas ● Presidenta de la asociación El Timón y médica de familia

“No hay salud sin tener salud mental”

Hija de inmigrantes españoles y nacida en Mequíniz (Marruecos) el 27 de febrero de 1959, Cristina González Acién es presidenta de la asociación Feafes Almería Salud Mental El Timón, con sede principal en El Ejido, y médica de familia en el consultorio de Laujar de Andarax (Almería), donde ejerce su vocación. Fue vocal de la Federación Andaluza de Familiares y Personas con Problemas de Salud Mental (Feafes Andalucía Salud Mental), de la que ejerció el cargo de presidenta hasta diciembre de 2020. No tiene hijos y está casada con el abogado almeriense Rafael Guerrero, un conocido defensor de los derechos de las personas con problemas de salud mental. Siendo familiar de dos hermanos con patología mental, conoce muy bien los entresijos de esta problemática. Cristina es una activista por la salud mental desde hace más de 40 años, además de ser un referente de la lucha por la búsqueda del bienestar de estas personas que padecen algún trastorno psiquiátrico. En una semana en la que tras la muerte de la actriz Verónica Forqué, la actualidad muestra que el suicidio vinculado a los problemas de salud mental afecta a personas de toda índole, no podía dejar de dedicar mi sección de “La entrevista” a la experta González Acién, quien hace apenas unas semanas hablaba durante una ponencia en la Universidad de Almería precisamente de la importancia de la prevención y la sensibilización.

–Con la pandemia del COVID-19 ha aumentado el suicidio en la sociedad, siendo los trastornos mentales una de las principales causas por la que una persona se provoca la muerte de forma intencionada. ¿Qué es hablar de suicidio hoy?

–Hablar de suicidio es hablar del dolor que viven muchas familias y personas por la soledad y el estigma que las rodea. Es muy importante que la sociedad conozca que cada 2 horas hay un suicidio en nuestro país y que muchas veces el propio entorno de la persona está ciego y, o no quiere ver o no sabe ver los signos de alarma. No estamos sabiendo reconocer que nos están pidiendo ayuda, en otras ocasiones no se sabe dónde buscarla. Mientras tanto, vivir ocultando lo que te pasa es muy doloroso. Afortunadamente las cosas están cambiando, incluso también desde los medios de comunicación comenzáis a hablar abiertamente del suicidio que hasta ahora se ocultaba y es fundamental visibilizarlo porque se



FOTOGRAFÍA: RUBÉN GARCÍA FELICES

quitan la vida once personas al día en España. Hay que hacer sonar todas las alarmas y aún así, los recursos son insuficientes.

–¿Cuál es el principal obstáculo al que se enfrenta la asociación El Timón en la lucha contra el estigma de las enfermedades mentales?

–El sufrimiento. Las personas con problemas de salud mental sufren más por el estigma social que por

“Las personas con problemas de salud mental sufren más por el estigma social que por la propia enfermedad”

la propia enfermedad. Esto es un bucle porque cuanto más les estigmatiza la sociedad, más aisladas se sienten. Cuando precisamente lo que necesitan es todo lo contrario, sentirse arropadas, integradas, queridas. La salud mental, como cualquier otra enfermedad, con una atención y tratamiento adecuado permite vivir y tener un proyecto de vida que nos ilusione.

–¿Qué modelo de atención en salud mental te gustaría que se pu-

diese llevar a cabo en Almería?

–Siempre he creído que hay que salir de las consultas e ir a buscar a los pacientes y familias que nos necesitan a su propio entorno. Lo que más cuesta siempre es dar el primer paso y reconocer que se necesita ayuda. Esa atención la podemos dar desde Atención Primaria de Salud del SAS, un médico de familia suele conocer muy bien a sus pacientes. Hay que humanizar la atención en salud mental e intervenir de forma que la persona esté en su ambiente.

–¿Y todo eso cómo se hace desde una asociación como El Timón, cómo es vuestro equipo?

–El trabajo que realiza el movimiento asociativo es fundamental, porque sus profesionales y voluntarios están siempre al pie del cañón para llegar donde la propia Administración no llega. En nuestra asociación, El timón en El Ejido, atendemos a diario a más de cuarenta personas con quienes afortunadamente podemos trabajar en el modelo de intervención del que hablo en y con el entorno de la persona. Somos pioneros en esto, este programa lo hemos podido poner en marcha gracias a la ayuda del Parlamento de Andalucía, pero es esencial que ayuntamientos, diputacio-

nes, partidos políticos y sociedad en general se involucren. Con la oleada de problemas de salud mental que estamos viviendo, hacen falta muchos más apoyos que posibiliten el funcionamiento de recursos adecuados ya que en la actualidad son claramente insuficientes.

–¿Y cómo estamos en Almería?

–Necesitamos más ayuda, todos conocemos algún caso de suicidio

“Para mí, la máxima satisfacción es cuando El Timón recibe a una familia y consigue que se integre en la asociación”

en nuestro entorno, incluso en la familia. Tener un problema de salud mental es algo que cada vez es más frecuente, y sin embargo es la parte de la salud a la que menos recursos económicos se le destinan; pese a que creo que somos todos conscientes de que no hay salud sin tener salud mental. Afortunadamente, aquí los ayuntamientos del Poniente Almeriense, el de la propia capital y la Diputación Provincial, están invirtiendo

en mejorar la salud mental de sus vecinos. También estamos trabajando desde el entorno académico en la UAL y el Comité Pro Salud Mental de Almería. Se están dando grandes pasos, pero tenemos un problema gigante, que necesita más acción.

–¿Qué valores crees que aportas tú como presidenta? ¿En qué momento sientes más satisfacción?

–Aporto motivación constante para la superación de las dificultades del presente y futuro. Ideas nuevas, fresca, talento, optimismo. Aporto el sentido y renovación del deber ser de lo que es. La satisfacción máxima para mí es cuando El Timón recibe a una familia o usuario y consigue que se integre en la asociación. Es entonces cuando te das cuenta de que el esfuerzo de tantos años ha merecido la pena, y si podemos ayudar a estas personas me alegro.

–¿Cuántos socios y voluntarios sois en la asociación?

–Somos un equipo de once profesionales que atendemos diariamente a estas personas, con el refuerzo de una veintena de personas voluntarias que prestan su apoyo. Actualmente la Asociación Feafes Almería Salud Mental El Timón cuenta con cerca de 650 asociados.

–¿Qué proyectos tiene la asociación para 2022?

–Estamos trabajando en diferentes proyectos futuros: la creación de un Centro especial de empleo; un proyecto sobre Salud mental y deportes; etc.

–Dime en qué tipo de personas suele presentarse los casos más extremos de problemas de salud mental. ¿Algún caso complicado que tengáis?

–El Timón tiene varios casos que nos tiene muy preocupados. Usuarios con déficit de apoyo, de la familia, del entorno, que presentan descompensaciones, conductas complejas y, que precisan centros de recuperación temporales para su equilibrio. Esos centros no existen en Almería y cuando se trata de patología dual es más difícil. Estos casos están a la deriva de su propia suerte y así se le trasladó esa necesidad al Delegado de Salud y Familias en Almería. El municipio de Gádor es consciente de esa urgencia. Por otro lado El Timón, lucha desde más de 5 años apelando a que no puedan estar en las cárceles los trastornos mentales graves; por su condición de estar enfermo no pueden ser tratados como delincuentes o malhechores, precisan centros para su recuperación. Motivo por el que en el año 2022 promoveremos una manifestación nacional en Madrid.