

DIA MUNDIAL de la SALUD MENTAL

BURU OSASUNAREN NAZIOARTEKO EGUNA



TRES CRUCES KALEA, 5 BEHEA, 01400 LAUDIO

T. 944 034 690 – 946 726 446 · info@asasam.org · www.asasam.org



asasam.asociación



asasam_ayala



asasam



asasamlaudio

Asasam,

es una entidad sin ánimo de lucro que comienza su andadura en el año 1989 con el objetivo de ofrecer una atención integral tanto a las personas con enfermedad mental de la zona como a sus familiares. Sus inicios fueron modestos, pero poco a poco fue adquiriendo una estructura sólida que se mantiene en la actualidad. Esta solidez se materializa en los diversos convenios de colaboración que tiene suscritos tanto con entidades públicas como privadas para el mantenimiento y desarrollo de diversos servicios.

Está declarada de Utilidad Pública (decreto del Gobierno Vasco 99/2002) y de Interés Social (decreto 154/2014) por contribuir al desarrollo de los servicios sociales en la CAPV mediante el desarrollo de sus actividades de acción social.

Su ámbito de actuación es la Comarca de Aiaraldea, que engloba los municipios de Llodio, Amurrio, Okendo, Ayala, Artziniega, Orozko, Orduña, Arakaldo y Arrankudiaga.

En la actualidad está compuesta por más de 220 personas socias entre personas con enfermedad mental, familiares y colaboradores. Cuenta con un Órgano Directivo y un Equipo Profesional.

Los valores en los que se fundamenta son los siguientes: Respeto, Responsabilidad profesional y social, Vocación de servicio, Autonomía, calidad y objetividad, Trabajo en equipo, Trato cercano y personalizado y Honestidad y ética profesional.

Tiene como misión contribuir activamente a la mejora de la salud mental, buscando su normalización y asunción social. Ello supone facilitar apoyos personalizados a lo largo de la vida de las

personas con enfermedad mental y sus familias para que alcancen una autonomía personal, calidad de vida e integración en la comunidad.

Los fines estatutarios de la entidad son:

- Atender las necesidades de las personas con enfermedad mental y sus familias, desde el modelo de atención de vida independiente, ofreciendo servicios encaminados a mejorar su calidad de vida.
- Concienciar y sensibilizar a la sociedad acerca de la enfermedad mental.
- Ser un órgano reivindicativo ante las instituciones en la defensa de los derechos de las personas con enfermedad mental y de sus familiares.
- Promover la igualdad de oportunidades, especialmente, la igualdad de mujeres y hombres en nuestro ámbito de intervención, tanto entre las personas usuarias, sus familias y la sociedad en su conjunto, como a lo interno de nuestra asociación (personal societario, remunerado y voluntario).

Su **objetivo** fundamental es la mejora de las condiciones de vida y la satisfacción de las necesidades de las personas con enfermedad mental. Ello supone, facilitar apoyos personalizados a lo largo de la vida de estas personas y sus familias para alcanzar autonomía personal, calidad de vida e inclusión en la comunidad, asegurando su condición de ciudadanía de pleno derecho.

En ASASAM apostamos por la **Igualdad** efectiva entre hombres y mujeres, y muestra de ello es la puesta en marcha de nuestro II Plan para la Igualdad entre Mujeres y Hombres de ASASAM 2022-2026.

Además, disponemos de un Protocolo de acoso sexual y por razón de sexo de la entidad, así como de servicios y programas para personas con enfermedad mental, sus familias y la comunidad en general con una perspectiva de género. La desigualdad de género es todavía un problema al orden del día en nuestra sociedad y en el ámbito de las mujeres con problemas de salud mental, la discriminación que se produce es doble debido a tener las mismas desigualdades como cualquier mujer y, además, añadir la discriminación que sufren por la propia enfermedad mental.

En el año 2021, además, fruto de todo el trabajo realizado, desde EMAKUNDE nos otorgaron el CERTIFICADO DE ENTIDAD COLABORADORA PARA LA IGUALDAD, certificado que nos ha motivado para seguir trabajando para que la igualdad sea un hecho.

Desde el año 2018, ASASAM está adherida al **Plan de euskera** con el Ayuntamiento de Amurrio y el Ayuntamiento de Llodio con el objetivo potenciar el uso del euskera en los servicios de la entidad, así como favorecer la normalización del uso del euskera.

Así mismo, desde ASASAM cumplimos con lo relativo a la **protección de datos** de las personas físicas (datos personales y libre circulación) establecido en el Reglamento (UE) 2016/679 del Parlamento Europeo y Consejo de 27 de abril de 2016; siguiendo las recomendaciones e instrucciones

emitidas por la Agencia Española de Protección de Datos (AEPD). Para ello, disponemos de un delegado de Protección de Datos (DPD/DPO).

En el año 2022, pusimos en marcha el **Programa Compliance** en la entidad, un programa de prevención de riesgos penales, desde el que estamos elaborando un Código ético y un Código de conducta, entre otras acciones, con el objetivo de seguir mejorando nuestro trabajo a través de la implementación y continua supervisión y revisión de las Políticas, Procesos y Controles exigidos por la Ley Orgánica 1/2015, de 30 de marzo, por la que se modifica el Código Penal, entre otras normas.

Cada año, desde ASASAM celebramos el **Día Mundial de la Salud Mental**, fecha en la que ponemos encima de la mesa la importancia que tiene la salud mental de todas las personas. Este año, ponemos el foco en la salud mental en el lugar de trabajo.

Bajo el lema **“Trabajo y salud mental, un vínculo fundamental”**, se busca reflejar una doble reivindicación. Por un lado, visibilizar y reclamar el trabajo digno, como un factor vinculado a la salud mental de las personas y por otro lado, que el trabajo debe construirse desde una perspectiva de derechos y alejarse de las condiciones precarias y de la discriminación, aspectos que generan sufrimiento en las personas que lo sufren. Estas condiciones, además de generar sufrimiento, se convierten en el germen de buena parte de los problemas de salud mental, afectando especialmente a colectivos vulnerables.

Desde ASASAM, nos unimos a esta campaña, con el objetivo de priorizar la salud mental en el lugar de trabajo y luchar contra el mensaje meritocrático, que descarga sobre la persona toda la responsabilidad de tener o no un trabajo sin atender a sus circunstancias ni contexto social presentándose como uno de los principales factores que pueden tanto afectar como agravar el malestar emocional y los problemas de salud mental en la actualidad.

1. BARRERAS EN EL EMPLEO DE LAS PERSONAS CON PROBLEMA DE SALUD MENTAL

BURU OSASUNEKO ARAZOAK DITUZTEN PERTSONEN LANEKO TRABAK

Para las personas con problemas de salud mental, **el trabajo**, además de ser un camino a la normalización, tiene también una función terapéutica. Es una **fuerza de identidad que ofrece sentimientos de utilidad y motivación**.

La baja inserción laboral de este colectivo es una de las principales barreras para su inclusión social, debido, en gran medida, a los prejuicios sociales que aún muchas empresas mantienen.

Permanecer sin trabajo también representa un riesgo para la salud mental. El desempleo, la inseguridad laboral y financiera y la pérdida del empleo son factores de riesgo que incrementan las posibilidades de realizar un intento de suicidio.

Según el INE, las personas con problemas de salud mental tuvieron la segunda menor tasa de empleo en el año 2022, con un 18,9%. Son múltiples los **factores que dificultan el acceso a un empleo de las personas con problemas de salud mental**: el estigma social, la escasa información y sensibilización sobre la salud mental en las empresas, el bajo nivel de formación y la poca experiencia laboral, las escasas ofertas de empleo, que a su vez son precarias y temporales, la falta de adaptaciones en los puestos de trabajo, la falta de coordinación entre los diferentes agentes sociales...

Ante esta situación, **es urgente e importante fomentar la inclusión laboral de las personas con problemas de salud mental**.

Desde el **Programa de Inserción sociolaboral de ASASAM** trabajamos para mejorar esta situación. Ofrecemos atención, apoyo y acompañamiento a las personas con problemas de salud mental que están trabajando en un empleo protegido, ordinario o realizando una formación. Además, también disponemos de un Centro Ocupacional.

2. IMPACTO DE LA PRECARIEDAD LABORAL EN LA SALUD MENTAL

LANEKO PREKARITATEAK BURU OSASUNEAN DUEN ERAGINA

España es uno de los países de la Unión Europea con mayor tasa de población ocupada en riesgo de pobreza y exclusión social. **Más de la mitad de los empleos en España son precarios**, entendiéndose por trabajos precarios, aquellos que tienen bajos salarios, temporalidad, falta de conciliación, los que presentan ritmos elevados o de sobrecarga, donde existe acoso laboral o brecha salarial.

La precariedad laboral incrementa el riesgo de enfermar y morir prematuramente para quienes trabajan en esas condiciones, así como para sus familias. El 47% de las personas ocupadas en nuestro país señalan encontrarse expuestas a factores de riesgo para su salud mental en su lugar de trabajo.

Desigualdad de género. Una de las principales causas del **mayor número de mujeres en trabajos precarios** es la cantidad desproporcionada de tiempo que dedican al trabajo doméstico y de cuidado no remunerado que afecta a su posición en el mercado laboral e incrementa la discriminación.

3. BAJAS LABORALES RELACIONADAS CON LA SALUD MENTAL

BURU OSASUNAREKIN LOTURA DUTEN LANEKO BAJAK

En España, los **problemas de salud mental constituyen hoy en día la segunda causa de baja laboral**, por detrás de los trastornos musculoesqueléticos. En 2023 se registraron casi 600.000 bajas, un 15,8% más que el año anterior.

El estigma sigue siendo una realidad en el entorno laboral. El 52% de las personas trabajadoras que ha dejado de ir al trabajo por un problema de salud mental ha escondido el motivo real de su ausencia. En la otra cara de la moneda, el 60% de las personas trabajadoras que ha pasado por un problema de salud mental no ha dejado de ir al trabajo.

Las personas con problemas de salud mental pueden precisar acudir a revisiones y citas médicas para que el médico haga un seguimiento. Asimismo, ante recaídas o crisis la persona puede requerir una baja laboral. A día de hoy, todavía existen muchos prejuicios y estigma en torno a las personas que se reincorporan después de una baja por un problema de salud mental (falta de confianza, poca comprensión, discriminación, miedo a no ser capaces de afrontar el día a día...)

Es necesario que las personas que tienen una baja laboral por motivo de salud mental, reciban apoyos adecuados, tanto por parte de las empresas como del entorno laboral.

También es preciso que las empresas desarrollen un **Plan de reincorporación** junto con la persona, que incluya un período de adaptación, flexibilidad o ajuste de horarios, respetando los tiempos de la persona y su privacidad, y transmitiendo confianza en sus capacidades, así como sensibilización a la plantilla para generar un clima de aceptación y comprensión acerca de los problemas de salud mental.

Las bajas de personas jóvenes han aumentado más de un 90% desde la pandemia, algo que se confirma en ASASAM con el incremento de atención a personas jóvenes, lo que ha hecho que desde la entidad hayamos puesto en marcha un programa piloto dirigido a personas jóvenes, el Programa Gazteekin, que tiene como objetivo facilitar el bienestar psicológico y emocional de las personas jóvenes con problemas de salud mental de Aiaraldea.

4. PROMOCIÓN DE LA SALUD MENTAL EN LAS EMPRESAS

ENPRESETAN OSASUNA SUSTATZEA

¿Están las empresas realmente comprometidas con la promoción de la salud mental de las personas trabajadoras? El 76% de las empresas afirma preocuparse por la salud mental, pero la cifra cae al 47% cuando se pregunta al personal sobre este compromiso de la empresa y todavía baja más, hasta el 38%, si responden las personas con problemas de salud mental.

Para promover la salud mental dentro de las empresas, hay que tener en cuenta los riesgos psicosociales. Los riesgos psicosociales son aquellas condiciones presentes en una situación laboral directamente relacionadas con la organización del trabajo, las relaciones y ambiente de trabajo, las exigencias emocionales y el contenido del trabajo y la realización de la tarea.

El estrés, la ansiedad, la depresión, diversos trastornos psicosomáticos (como por ejemplo el insomnio), trastornos cardiovasculares, úlceras de estómago, trastornos inmunitarios, alérgicos o físicos, como contracturas y dolor de espalda, también alteraciones hormonales, cefaleas, trastornos sexuales, etc., pueden tener su origen en la exposición a riesgos psicosociales en el trabajo.

Existen múltiples **beneficios en la promoción de la salud mental y el bienestar dentro de las empresas:**

- Se fomenta una cultura organizacional que promueve el sentido de pertenencia, la motivación y la calidez humana.
- Se garantiza la salud y el incremento de la productividad y el rendimiento de las personas al contar con un equipo más motivado, implicado y proactivo.
- Se mejora el clima laboral, favoreciendo el trabajo en equipo y la comunicación y disminuyendo la conflictividad laboral.
- Aumenta la participación de las personas trabajadoras, el compromiso y la innovación.
- Se logra una reducción de los niveles de absentismo laboral y de rotación de personal.
- Se consigue eliminar los costes ocultos derivados de los problemas de salud y del bajo rendimiento.
- Se mejora la imagen y la reputación empresarial, como organización comprometida con el bienestar de la sociedad y de sus personas trabajadoras.

¿QUÉ PROPONEMOS DESDE ASASAM ANTE LA SITUACIÓN ACTUAL?

Ante las barreras en el empleo de las personas con problemas de salud mental...

- Reivindicamos el derecho de las personas con problemas de salud mental a tener un trabajo de calidad.
- Reclamamos el cumplimiento de las cuotas de reserva de empleo para las personas con discapacidad (actualmente 10%), tanto en la administración pública como en el sector privado, y que el cupo reservado para las personas con enfermedad mental sea de, al menos, el 2%.
- Solicitamos a la administración pública que ponga en marcha los recursos necesarios para aumentar la tasa de empleo de las personas con problemas de salud mental.
- Solicitamos a las empresas que pongan en marcha los sistemas de apoyo y las adaptaciones en los puestos de trabajo que sean necesarias para personas con problemas de salud mental, al igual que se adaptan los lugares de trabajo para otras discapacidades.
- Solicitamos a la administración pública y a las empresas que fomenten el empleo con apoyo y la promoción de la inserción laboral de las personas con problemas de salud mental en puestos de empleo ordinario.



ZER PROPOSATZEN DUGU ASASAMETIK GAUR EGUNGO EGOERARI AURRE EGITEKO?

Ante el impacto de la precariedad laboral en la salud mental de las personas trabajadoras...

- Solicitamos a la administración pública que impulse medidas contra la precariedad laboral y el control de los riesgos psicosociales en las empresas.

Ante las bajas laborales relacionadas con la salud mental...

- Reivindicamos el derecho de todas las personas a disfrutar de un entorno laboral saludable.
- Solicitamos a las empresas que se impliquen en la creación de entornos laborales seguros, saludables e inclusivos, en los que se cuide y se hable de salud mental, sin tabúes ni prejuicios.
- Solicitamos a las empresas que desarrollen un Plan de reincorporación de las personas que vuelven al trabajo después de una baja laboral por motivo de salud mental.
- Solicitamos a la administración pública su apoyo al Programa Gazteekin que hemos puesto en marcha recientemente desde ASASAM para atender a personas jóvenes con problemas de salud mental.

Ante la promoción de la salud mental en las empresas...

- Solicitamos a las empresas que atiendan los riesgos psicosociales y pongan en marcha medidas que potencien el bienestar de las personas trabajadoras.
- Solicitamos a las empresas que desarrollen un Plan de atención al bienestar emocional de las personas trabajadoras.

Actividades

organizadas en torno al DMSM

URRIAK 3
3 OCTUBRE

PRENTSAURREKOA
RUEDA DE PRENSA

Lectura de la proclama y presentación de lo
actos organizados.

Lugar: Sala multiusos del Ayuntamiento de Llodio.
Hora: 10:00h.

URRIAK 6
6 OCTUBRE

BOLUNTARIOTZA AZOKA
FERIA DEL
VOLUNTARIADO

Lugar: Herriko Plaza Llodio
Hora: 11:00h a 14:00h
Organiza: Batekin

URRIAK 10
10 OCTUBRE

EKITALDI INSTITUZIONALA
ACTO INSTITUCIONAL DE
SALUD MENTAL EUSKADI

Lugar: Salón de actos del ayuntamiento de Donostia.
Hora: 12:00h

URRIAK 15
15 OCTUBRE

ELKARBIZITZAKO PARTIDA
PARTIDO DE CONVIVENCIA
DE FUTBOL SALA LA
MILAGROSA-ASASAM

Lugar: Polideportivo "La Granja" de Llodio.
Hora: 12:00h.
Entrada: Libre.

URRIAK 20
20 OCTUBRE

V. MARTXA SOZIALA
V. MARCHA SOCIAL A
FAVOR DE LA SALUD
MENTAL

La marcha pretende unir a través del Parque
Lineal del Nervión las localidades de Amurrio y
Llodio, en Luiando, a favor de la Salud Mental, la
convivencia y la diversidad.

Salidas desde:

- Herriko plaza de Llodio a las 10.00h.
- Plaza Juan de Urrutia de Amurrio a las 10.00h.
- Llegada y avituallamiento en la Carpa "la pajarera" de Luiando.

URRIAK 24
24 OCTUBRE

HITZALDIA
CHARLA "BIENESTAR
EMOCIONAL EN EL ÁMBITO
LABORAL"

Ponente: Joseba Peláez. Psicólogo.

Lugar: Sala Arraño de la Casa de Cultura de Llodio

Hora: 17:00H

Entrada libre hasta completar aforo.

Desde ASASAM, también realizaremos un video
divulgativo y una campaña de sensibilización en
torno a la salud mental en las redes sociales. A través
de estas actividades queremos aportar nuestro
granito de arena y poner el foco en la necesidad de
que el acceso a una atención en
salud mental de calidad es un
derecho que tenemos todas
las personas.

Vital

FUNDACIÓN · FUNDAZIOA