

Proyecto “El huerto de Roberto”

Integración y empleo para
personas con enfermedad mental
y promoción de hábitos saludables



JUSTIFICACIÓN

El nivel de autonomía personal que alcanzan las personas que padecen una enfermedad mental grave y duradera está íntimamente ligado a su percepción de calidad de vida. El entrenamiento y mejora de sus habilidades sociales, el nivel de apoyos y su destreza a la hora de responder a las demandas de una, cada vez más compleja, vida cotidiana, son fundamentales para conseguir alcanzar el objetivo de la mejora en su calidad de vida.

Es habitual que la intervención prioritaria en esta población sea la de proporcionar un correcto tratamiento farmacológico que ayude a la persona a recuperarse, que combinado con la intervención en rehabilitación psicosocial/laboral permite a las personas con enfermedad mental grave y duradera pensar en la recuperación y en definir un proyecto personal de futuro.

El tratamiento dirigido a estas personas hace que con frecuencia se descuiden aspectos que inciden en la mejora de la calidad de vida de éstas, dejando en un segundo plano cuestiones importantes: una alimentación sana, el cuidado personal, las actividades que faciliten la integración comunitaria, etc; aspectos, que por otra parte son claves en los programas de rehabilitación que desde la reforma psiquiátrica han incorporado el concepto de autodeterminación utilizándolo como indicador de su modelos de integración comunitaria.

Esta reflexión hizo que el Centro de Rehabilitación Laboral (C.R.L) de Carabanchel (Centro concertado con la Dirección General de Servicios Sociales. Consejería de Asuntos Sociales. Comunidad de Madrid), con el apoyo de la Fundación El Buen Samaritano, crease este proyecto en el que daba cabida a sus objetivos más importantes: el empleo de las personas con enfermedad mental, la vida saludable y en definitiva, proyectos personales que nos llevan al camino de la recuperación.

BREVE RESUMEN DEL PROYECTO

El presente Proyecto da comienzo el 1 de julio de 2010 y tiene como **objetivos principales:**

- ▶ Promover la creación de empleo para las personas con trastornos mentales graves y persistentes.
- ▶ Fomentar una imagen realista de las personas diagnosticadas de un trastorno mental, estando su equipo técnico formado en un 67% por personas de este colectivo, que llevan a cabo la gestión y desarrollo de todas las actividades del proyecto durante su jornada de trabajo.
- ▶ Mejorar la calidad de vida de las personas con enfermedad mental y otros colectivos a los que se dirigen nuestras actividades (promoción de la salud y respeto por el medio ambiente): visitas guiadas al huerto, acciones directas en centros, charlas saludables, habilitación de espacios de huerto, compostaje y reciclaje, bienestar a través del ocio, voluntariado, etc.

Se prevee aumentar el número de personas con discapacidad contratadas, a medida que el alcance del proyecto sea mayor, contribuyendo de esta forma, a que las personas con enfermedad mental se perciban de una forma adecuada y realista dentro de la sociedad, así como sus posibilidades de recuperación. Además, se favorece en todo momento la realización de acciones de formación por parte de los trabajadores como vía de promoción dentro de la empresa y de acceso a otros posibles empleos fuera de la misma.

La **población destinataria** es la siguiente:

- ▶ Personas que padecen enfermedades mentales graves y duraderas atendidas por diferentes recursos de la Comunidad de Madrid, motivadas por participar de forma activa en su proceso de recuperación, a través de las actividades de nuestro proyecto.
- ▶ Población general.
- ▶ Empresas interesadas en mejorar la calidad de vida de sus empleados y contribuir con un proyecto social.

El proyecto tiene una importante **riqueza en actividades**, las cuales están íntimamente relacionadas en contenidos y objetivos, aunque también, y atendiendo siempre a las necesidades de los participantes del proyecto, tienen suficiente contenido y relevancia para ser realizadas de forma independiente:

- Visitas guiadas al huerto urbano: en cada visita se atiende a un grupo de unas 10-15 personas que visita el huerto 4 veces al año. Los grupos formados realizan un recorrido



en el que tienen la oportunidad de conocer los cambios que experimenta el huerto en cada estación del año, con el fin de que conozcan el ciclo medioambiental y, por tanto, el ciclo de los alimentos que comemos; siendo específicas para los cultivos de invierno y los de verano.

Se espera que los participantes realicen un aprendizaje que les permita poner en práctica lo

aprendido en diferentes contextos y que estos conocimientos sean útiles y prácticos para su vida cotidiana, contribuyendo a mejorar sus hábitos de alimentación, su autonomía en el autocuidado y se promueva la integración comunitaria, situando en el mismo contexto a diferentes colectividades de personas que trabajan por un objetivo común, la mejora en los estilos de vida.

- Talleres en los centros: se realiza una acción directa que pueda mantenerse en el tiempo de forma autónoma (creación de un espacio de reciclaje y compostaje, habilitación de zona de huerto, taller de hábitos saludables). Al crear un espacio que debe mantenerse en ausencia del equipo de “El huerto de Roberto” (entre sesión y sesión), se fomenta la asunción de responsabilidades (ocuparse de regar las plantas, de mantener la zona de huerto, etc.) y se contribuye a que las personas conozcan de cerca los alimentos a través de su cultivo, para



poder incorporarlos después a su dieta. Los consejos saludables,

una vez más

contribuyen a incidir en la importancia de cuidar de uno mismo, mejorar los estilos de vida en general, conociendo las propiedades saludables de los alimentos y las consecuencias del consumo de sustancias nocivas para la salud (alcohol, tabaco, etc.) o la vida sedentaria.

Los contenidos y la temporalización de esta actividad se adaptan completamente a las necesidades particulares de cada centro y sus usuarios, constituyendo una práctica susceptible de ser reproducida, compartiéndose además, el material y metodología utilizada para su implementación.



- Taller de voluntariado: dirigido por las personas con enfermedad mental contratadas en el Proyecto. Nuestro grupo de voluntariado funciona semanalmente, contribuyendo a la integración de las personas con enfermedad mental dentro de la sociedad y otorgando así protagonismo a aquellas personas objeto de atención.



Sus participantes realizan actividades relacionadas con la horticultura, el viverismo y la jardinería, acordes a sus intereses y preferencias. También existe una línea de voluntariado para profesionales que quieran colaborar en cualquiera de las áreas en las que se desarrolla el Proyecto (promoción de la salud, ciencias ambientales, integración sociolaboral, etc.).

- Bienestar a través del Ocio: se fomenta la participación en actividades de ocio y tiempo libre que contribuyan al bienestar de los participantes (dos días por semana): rutas urbanas, rutas en bicicleta, partidos de fútbol y baloncesto, ping-pong, patinaje, etc.

Estas actividades se llevan a cabo de forma autónoma por los beneficiarios, con el apoyo de "El huerto de Roberto". Se pretende fomentar la participación a través de un blog, en el que las personas puedan proponer salidas, opinar sobre las mismas, etc. (elhuertoderoberto.blogspot.com).



→ **Charlas saludables:** impartidas por profesionales del ámbito de la salud y los servicios sociales (médicos, enfermeros, trabajadores sociales), que refuerzan los objetivos establecidos en las distintas actividades.



Dichas actividades, suponen acciones que se realizan en sinergia con otras instituciones que ya cuentan con programas de promoción de la salud y fomento de la autonomía personal, persiguiéndose objetivos comunes desde ambas entidades. Un ejemplo de ello, es la colaboración establecida con *MADRID SALUD*, organismo autónomo del Ayuntamiento de Madrid, que agrupa todas las actividades municipales de salud pública y drogodependencias. Sus profesionales han impartido charlas saludables a nuestros usuarios y se prevé la incorporación mutua de grupos de usuarios a los distintos programas y actividades que se desarrollan desde ambas partes con el objetivo de reforzar todas las intervenciones ya realizadas.

Otra de las colaboraciones se realiza con el *Centro Social Comunitario Casino de la Reina*, espacio integrador, abierto y dinamizador, que favorece el desarrollo de proyectos y actividades sociales, fomentando la participación ciudadana, los recursos y las habilidades de los agentes sociales.

LUGAR DE DESARROLLO

El Proyecto se desarrolla en la Comunidad de Madrid. La intensidad de todas las intervenciones realizadas, da lugar a que el proyecto se desarrolle específicamente en tres espacios bien diferenciados:

- El huerto urbano, situado en la Finca Vistalegre del popular barrio de Carabanchel (General Ricardos, 177).
- Los distintos centros de la Red Pública de Atención Social a personas con enfermedad mental grave y duradera (recursos que trabajan hacia la recuperación de las personas con enfermedad mental) y otros recursos de discapacidad y/o formación.
- El huerto virtual: principal medio de promoción y difusión del Proyecto (**www.fundacionbuensamaritano.es/huerto**): aquí puede encontrarse material, recomendaciones sobre hábitos saludables, reciclaje, participación en las actividades, un Blog donde las personas podrán enriquecer el proyecto con sus aportaciones y experiencias, enlace a Facebook, etc.

CARÁCTER INNOVADOR

El diseño del Proyecto está basado en un abordaje integral para el tratamiento y recuperación de las personas con enfermedad mental, que actualmente no está cubierto de forma global en ninguno de los recursos de la Fundación y es un proyecto pionero en el barrio de Carabanchel y la Comunidad de Madrid.

Las actividades se adecúan a los beneficiarios, siendo de carácter gratuito y diseñadas acorde a las necesidades particulares de cada grupo de usuarios (perfil, necesidades específicas de cambio en los estilos de vida, dificultades e intereses particulares).

Además, los profesionales contratados para desarrollar el proyecto han pasado por un proceso de rehabilitación laboral, encontrándose en un momento de recuperación plena. El 75% de las personas a las que se ha atendido tienen perfil de salud mental, por lo que la información que transmiten sus trabajadores a las personas que participan de las actividades del Proyecto, referente a promoción de la salud les llega siempre de igual a igual.

Este proyecto, a través de talleres y actividades que resultan atractivos consigue de forma natural que los participantes se sientan identificados con los objetivos del proyecto, el cambio a hábitos saludables y la integración social y laboral de las personas que padecen una enfermedad mental. Además la visión que la sociedad tiene de las personas con enfermedad mental, gracias al trabajo de “El huerto de Roberto” se aproxima a la realidad, combatiendo el estigma social.

SERVICIOS A EMPRESAS

El huerto de Roberto ofrece a las empresas la posibilidad de implicarse en sus actividades:

RESULTADOS

A día de hoy ya podemos hablar de datos sumamente positivos, no sólo por la participación y satisfacción de los usuarios en las actividades que este proyecto oferta, si no por la mejora en la autonomía, integración y satisfacción de los trabajadores contratados en este proyecto, que han pasado de usuarios en proceso de rehabilitación laboral del CRL de Carabanchel, a trabajadores que día a día toman decisiones, asumen las responsabilidades de su puesto de trabajo y sobre todo crecen como trabajadores y personas.

¿Quiere mejorar la calidad de vida de sus empleados a través de actividades saludables y respetuosas con el medio ambiente?



Queremos ayudarle a mejorar la calidad de vida de sus empleados, a través de nuestras actividades. Los huertos urbanos suponen un espacio de relajación y disfrute personal, que contribuyen a combatir el estrés, mejorando los ambientes laborales. Además, son una fuente de obtención de alimentos libres de pesticidas, más sabrosos y saludables.

Nuestros Servicios

Ofrecemos:

- ▶ **Servicio de consultoría** para la creación y seguimiento de zonas de verdes en espacios de trabajo, tanto interiores como exteriores: plantas aromáticas, hortalizas, etc.
- ▶ **Elaboración de obsequios** para los empleados relacionados con el huerto y el reciclaje (Navidad, aniversarios, congresos, etc.).
- ▶ **Voluntariado corporativo** en las actividades del Proyecto.
- ▶ **Talleres prácticos** dirigidos a los empleados y sus familiares (todas las edades): horticultura, reciclaje, productos elaborados con plantas (cosméticos, jabones, etc.).
- ▶ **Actividades para realizar en familia en el huerto** (Navidad, eventos, etc.).
- ▶ **Visitas guiadas** a nuestro huerto urbano.

¿Le parece importante que su empresa se implique en actividades que generan un beneficio a la comunidad?

Responsabilidad Social Corporativa



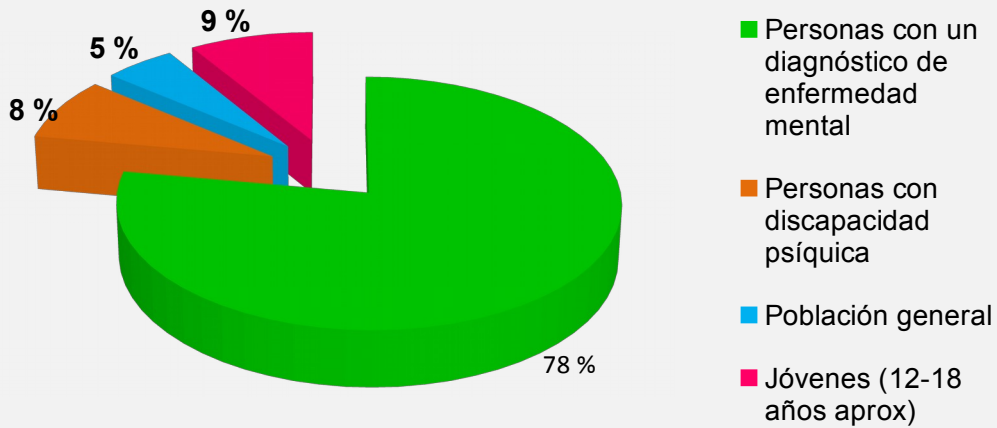
Nuestro Proyecto fomenta desde 2010 la contratación de personas con enfermedad mental, contribuyendo a su integración dentro de la sociedad, ofreciendo una imagen realista de este colectivo mediante el trabajo que demuestran a diario en diferentes recursos de la Comunidad de Madrid. Por ello, la futura colaboración aportaría a su empresa una acción añadida hacia el camino de la Responsabilidad Social Corporativa.



DATOS 2012

NÚMERO DE BENEFICIARIOS

BENEFICIARIOS TOTALES: 292



DATOS GENERALES

	%
Asistencia a las actividades	82.72%
Grado de satisfacción beneficiarios	90.57%
Aciertos Test Conocimientos adquiridos (hábitos saludables, huertos urbanos, reciclaje, etc.)	80.89%
Cambios en los estilos de vida de los participantes (mejorías en alimentación, aumento en la práctica de ejercicio físico, reducción tabaco, etc.)	98.14%

PROCEDENCIA DE LOS PARTICIPANTES

GESTIÓN

1. RED PÚBLICA DE ATENCIÓN SOCIAL A PERSONAS CON ENFERMEDAD MENTAL DE LA COMUNIDAD DE MADRID	CONSEJERÍA DE ASUNTOS SOCIALES. COMUNIDAD DE MADRID.
2. ASOCIACIÓN-PCPI NORTE JÓVEN (ADOLESCENTES)	ASOCIACIÓN NORTE JÓVEN
3. CENTRO OCUPACIONAL FRAY BERNARDINO ÁLVAREZ (PERSONAS CON DISCAPACIDAD PSÍQUICA)	COMUNIDAD DE MADRID

4. CENTRO SOCIAL COMUNITARIO CASINO DE LA REINA (TODOS LOS PÚBLICOS)	AYUNTAMIENTO DE MADRID
5. SERVICIOS SOCIALES CENTRO (TODOS LOS PÚBLICOS)	AYUNTAMIENTO DE MADRID
6. SERVICIOS DE SALUD MENTAL CARABANCHEL (PERSONAS CON ENFERMEDAD MENTAL)	COMUNIDAD DE MADRID
7. MADRID SALUD (TODOS LOS PÚBLICOS)	AYUNTAMIENTO DE MADRID

CONGRESOS Y ACTOS PÚBLICOS

- Febrero de 2013: **Jornadas de la Asociación Madrileña de Salud Mental (A.M.S.M). Aforo aproximado: 300 personas.**
- Mayo y octubre de 2012: formación interna **“Alimentación y actividad física en la vida diaria” del organismo “Madrid Salud”** (gestionado por el Ayuntamiento de Madrid) a diferentes médicos y enfermeros de su plantilla. **Aforo aproximado: 100 personas.**
- Marzo de 2012: **I Congreso Nacional de Psicología Positiva. Aforo aproximado: 600 personas.**
- Diciembre de 2011: **X Aniversario del Centro Social Comunitario Casino de la Reina. Aforo aproximado: 70 personas.**
- Noviembre de 2011:
 - **XVI Curso anual de Esquizofrenia. Aforo aproximado: 600 personas.**
 - **Jornadas XX Aniversario de la Asociación Madrileña de Rehabilitación Psicosocial. Aforo aproximado: 300 personas.**