

Conveni de col·laboració amb
Associació Jornades per a l'excel·lència a
l'alta muntanya



Jornades
per a l'excel·lència

Títol de l'actuació
Fora estigmes! La salut mental al Pirineu

Període de vigència del conveni

Data d'inici: 01/01/22

Data final: 31/12/22

5 de febrer 2023



Jornades

per a l'excel·lència

MEMÒRIA EXPLICATIVA justificació 2022





Presentació 9a. edició



Jornades
per a l'excel·lència



Fora estigmes! La salut mental al Pirineu

30 DE SETEMBRE - 1 D'OCTUBRE DEL 2022
ESTERRI D'ÀNEU

www.jornadesperalexcellencia.cat



Programa 9a. edició



Divendres, 30 de setembre de 2022 tarda – Poliesportiu d'Esterrí d'Àneu

- Conferència inaugural
- BLOC 1: L'ARREL
 - L'origen dels trastorns mentals
- BLOC 2: L'ESTIGMA:
 - Com fer visible l'invisible
 - Trastorns mentals més comuns
 - Obertament
- BLOC 3: LA SALUT MENTAL AL PIRINEU
 - Radiografia i recursos

Dissabte, 1 d'octubre de 2022 matí – Poliesportiu d'Esterrí d'Àneu:

- Benvinguda institucional
- BLOC 4: LA SALUT MENTAL AL LLARG DE LA VIDA, EL GÈNERE
 - Generació digital: connectats o desconnectats?
 - Un exemple d'integració
 - Hi ha diferència de gènere i de percepció social?
 - Una mirada a la vellesa
 - El futur de la salut mental
- Cloenda institucional



Taula rodona de cooperació transfronterera a Andorra



Divendres, 16 de setembre de 2022 – Teatre de les Fontetes de La Massana:

- Conferència inaugural a càrrec de:
 - Sra. Olga Mulne, Cónsul Major de La Massana
 - M.I. Sra. Maria Ubach, Ministra d'Afers Exteriors del Govern d'Andorra
- INTERVENCIONS:
 - Sra. Ana Tijerino, oficiala tècnica de Salut Mental de l'Organització Mundial de la Salut – Oficina Regional Europa
 - Sra. Sophie Albert, directora general adjunta de l'Agència Regional de Salut d'Occitània.
 - Sr. Carles Mur, cap de Servei de Salut Mental del Sistema Andorrà d'Atenció Sanitària
- Sessió de cloenda:
 - Sr. Jesús Montoliu, President de l'associació Jornades per a l'excel·lència a l'alta muntanya



Govern d'Andorra





Taula rodona de cooperació transfronterera a Andorra



Sra. Ana Tijerino: “Per avançar en salut pública s’ha d’invertir en salut mental, i tan sols amb 1 euro d’inversió per càpita en salut mental guanyem anys de vida sense discapacitat i anys de productivitat”



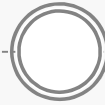
Sra. Sophie Albert: Va detallar la manca de recursos que es troben en aquesta regió francesa pel que fa a la plantilla de professionals per atendre tots els usuaris i va revelar que, segons un estudi realitzat a França, “els professionals de la infermeria canviarien de professió al cap de set anys d’exercir”

Sr. Carles Mur: “Això de deixar de banda, l’anomenat estigma, com a discriminació que pateixen les persones amb trastorns mentals, ha de ser un compromís col·lectiu com a societat, incloent: autoritats, els mitjans de comunicació, professionals sanitaris, professionals socio-sanitaris i professionals del món educatiu, particularment del món educatiu”





Participació institucional



Vam comptar amb la presència via telemàtica del Conseller de Salut de la Generalitat de Catalunya i en la seva representació va intervenir la Secretària d'Atenció Sanitària i Participació del Departament, entre d'altres autoritats destacades



En la sessió inaugural, la Sra. Meritxell Budó va destacar la importància i la rellevància que se li ha de donar a la salut mental, no solament l'hem d'abordar exclusivament des de l'àmbit de la salut, sinó que s'ha de tenir en compte l'embolcall de la persona tractant tots els aspectes que l'envolten, des de l'àmbit cultural, familiar, educatiu, social, laboral, d'habitatge digne.

Per altra banda, el Conseller Argimon va explicar el tracte prioritari de la salut mental des del Departament de Salut, sobretot pel que fa a les actuacions adreçades als infants i joves. Les més destacables són els equips guia, equips de crisi, campanya de prevenció del suïcidi, mitjançant un telèfon professionalitzat,...



Participació institucional



Tals com la Ministre de Salut del Govern d'Andorra i el diputat de la cartera de Salut de la Diputació de Lleida



M.I. Sr. Albert Font
Ministre de Salut del Govern
d'Andorra



Albert Bajona
Diputat de la Diputació de
Lleida



Participació institucional



Com les autoritats locals, l'alcalde d'Esterrí d'Àneu i el president del CCPS



Pere Ticó
Alcalde d'Esterrí d'Àneu



Carles Isus
President del Consell Comarcal del
Pallars Sobirà

BLOC 1. L'ARREL



Jornades
per a l'excel·lència



Taula rodona/col·loqui
L'origen dels trastorns mentals



Sr. Josep Maria Comelles
Antropòleg
mèdic i professor emèrit de
la Universitat Rovira i Virgili
(URV)



Dra. Elisabet Vilella
Investigadora dels Instituts
d'Investigació Sanitària Pere
Virgili i Pere Mata



Dra. Marta Ribasés
Psiquiatra i genetista de
l'Hospital de la Vall
d'Hebron



Moderador
Josep Puigbó
Periodista i assessor
en comunicació

Reflexions més destacades

- ⇒ El 70% de les causes d'aquests trastorns són genètics, però no totes les persones que tenen aquests riscos genètics acabaran desenvolupant la malaltia.
- ⇒ Per desestigmatitzar la salut mental cal coneixement i, per això, cal més finançament per fer recerca.
- ⇒ És important reforçar les relacions comunitàries locals.

BLOC 2 . L'ESTIGMA



Jornades
per a l'excel·lència



Taula rodona/col·loqui
Com fer visible l'invisible



Magda Casamitjana
Directora del Pacte
Nacional de Salut Mental



Mercè Torrentallé
Presidenta de l'Associació Salut
Mental la Noguera, membre de la
Coordinadora d'Entitats de Salut
Mental i Addiccions de les Terres
de Lleida, membre de la junta
executiva de la Federació Salut
Mental Catalunya i vicepresidenta
d'Obertament



Raquel Picolo
Espectora, autora del llibre
Art Brut



Moderador
Josep Puigbó
Periodista i assessor
en comunicació

Reflexions més destacades

- ⇒ És necessari concentrar-se en les capacitats de les persones i no en les incapacitats.
- ⇒ Cal la implicació individual per saber com viuen les persones amb malalties mentals.
- ⇒ És imprescindible divulgació i informació sobre els trastorns mentals des de l'escola.

BLOC 2 . L'ESTIGMA



Jornades
per a l'excel·lència



Taula rodona/col·loqui
Trastorns mentals més comuns



Dra. Teia Plana

Metge i coordinadora de la
Unitat de Trastorns de Conducta
Alimentària Infantojuvenil de
l'Hospital Clínic de Barcelona



Dra. Guila Fidel

Doctora en psicologia i
psicòloga clínica a Hospital
Universitari Vall d'Hebron



Moderador

Josep Puigbó

Periodista i assessor
en comunicació

Reflexions més destacades

- ⇒ Cada persona pot patir entre un i quatre esdeveniments posttraumàtics, però segons el context social es multiplica per dos o per tres.
- ⇒ L'estigma també cal combatre'l entre el personal sanitari.
- ⇒ Cal treure l'etiqueta de la malaltia a les persones, per no mirar-les des de la malaltia.

BLOC 2 . L'ESTIGMA



Jornades
per a l'excel·lència



Converses
Obertament



Tània Sàrrias
Presentadora de TV



Edurne Pasaban
Alpinista



Flors Moreno
Mare de pacient



Marta Oliver
Víctima de l'11M i
activista de la Salut
Mental



Moderador
Josep Puigbó
Periodista i assessor
en comunicació

Reflexions més destacades

- ⇒ Entre l'1 i el 7% de la població de Catalunya pateix estrès posttraumàtic complex.
- ⇒ En els processos de recuperació és important incloure l'entorn, la família, les escoles, els amics...
- ⇒ Disposar d'informació i demanar ajuda són clau per superar la depressió.

BLOC 3. LA SALUT MENTAL AL PIRINEU



Jornades
per a l'excel·lència



Taula rodona/col·loqui
Radiografia i recursos



Dr. Felip Benavent
Gerent del Catsby i
director dels serveis
territorials de Salut
Pirineu-Aran



Dr. Josep Pifarré
Psiquiatre i gerent de
la Regió Sanitària de
Lleida del Catsby



Lluís Martín Negro
Infermer del Centre Salut
Mental Adults (CSMA) i
del Centre d'Atenció i
Seguiment de les
Drogodependències
(CASD), al Pallars Jussà i
Pallars Sobirà



Josep Maria Forné
Director general de
Serveis Socials de la
Generalitat de
Catalunya



Modera:
Dr. Jordi Vilana
Director gerent d'Aran
Salut

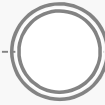
Reflexions més destacades

- ⇒ Les dificultats de l'atenció sanitària al Pirineu, passen per la peculiaritat d'un territori que ocupa el 18% de Catalunya, però només aplega l'1% de la població, dispersada en nuclis distanciat.
- ⇒ Poder arribar arreu amb aquestes condicions és complex; per això és important compartir recursos amb els països i comunitats autònomes que limiten geogràficament amb el Pirineu.
- ⇒ Els tractaments mèdics han d'evolucionar cap a uns tractaments més biopsicosocials basats en la comunitat i en decisions compartides amb el pacient.
- ⇒ Cal destacar el treball dels clubs socials com el de Sort, perquè "persones amb una problemàtica s'hi puguin trobar per evitar l'aïllament".

BLOC 4. LA SALUT MENTAL AL LLARG DE LA VIDA, EL GÈNERE



Jornades
per a l'excel·lència



Taula rodona/col·loqui
**Generació digital:
connectats o desconnectats?**



Dra. Montserrat Dolz
Psiquiatra i cap de l'àrea de
salut mental de l'Hospital
Sant Joan de Déu



Xavier Margarit
Psicòleg especialitzat en
educació emocional i
benestar



Lupe León
Docent SRCA d'Andorra



Modera:
Pere Bonet Dalmou
Psiquiatre i assessor en
salut mental del Ministeri
de Salut del Govern
d'Andorra.

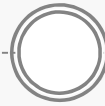
Reflexions més destacades

- ⇒ Les eines tecnològiques són bones segons l'ús, el mal ús o l'abús que se'n puguin fer.
- ⇒ Les generacions creixen amb molt poca tolerància a la frustració, cal potenciar l'educació emocional per exercitar aquesta capacitat. No tot sempre serà tan immediat com volem i la capacitat d'esperar és molt important
- ⇒ Moltes aplicacions utilitzen els mateixos sistemes de recompensa i plaer que les ADICCIONS, sobretot els videojocs i les xarxes socials. Estan pensats per enganxar amb activació de circuits de recompensa, plaer i estrès
- ⇒ A la llarga provoca alteracions estructurals, disminució del córtex cerebral, és la zona que utilitzem per pensar, crear, emmagatzemar. Aquesta disminució del coeficient intel·lectual és de 15 punts en nens menors de 12 anys

BLOC 4. LA SALUT MENTAL AL LLARG DE LA VIDA, EL GÈNERE



Jornades
per a l'excel·lència



Diàleg

Un exemple d'integració



Ana M. San Martín

Presidenta de
l'Associació Salut
Mental Pallars



Muntsa Giralt

Integradora social
del Club Social
Pallars



Sergi Camí

Educador social
del Club Social
Pallars



Ester Sánchez

Tècnica del Servei
d'Acompanyament a
la Vida Independent
(SAVI)



Olga Serna

Responsable espai
Situa't Pirineu de
Lleida de la Federació
Salut Mental de
Catalunya



Modera:

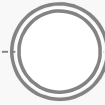
Carina Gabriel
Psicòloga

Les reivindicacions del territori

- ⇒ **Més habitatge social i pisos d'emergència.**
- ⇒ **Creació d'un servei al Pallars dedicat als infants i joves.**
- ⇒ **Més disponibilitat d'atenció mèdica i psiquiàtrica.**
- ⇒ **Millor coordinació de les taules de salut mental comarcals.**



DECÀLEG – NOVETAT EDICIÓ 2022

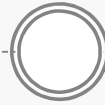


- 1 – Dotar amb més professionals d'atenció primària a la regió sanitària de l'Alt Pirineu i Aran, tals com el/la psicòleg/a i el/la psiquiatra, per disminuir els temps d'espera i augmentar la freqüència de visites pels usuaris amb patologies de salut mental.
- 2 – Creació de taules de coordinació integrada entre els professionals (atenció primària, serveis socials, club social, SAVI, associacions) amb el propòsit d'aportar una millora en l'atenció i seguiment de les primeres persones.
- 3 – Implementar el programa What's up? A la totalitat dels instituts de les comarques de la regió de l'Alt Pirineu i Aran, mitjançant una campanya d'informació i sensibilització als equips directius dels centres mitjançant l'aliança Obertament.
- 4 – Millores dels serveis de transport específics de salut mental ja implantats en el territori, com el servei de transport adaptat, modificant els criteris d'accés i donant cobertura a més usuaris i més territori.
- 5 – Millores dels programes ja implantats en el territori com el Servei de Suport a la Vida Independent (SAVI), donant cobertura a més usuaris i ampliant la franja d'edat dels mateixos.
- 6 – Creació de programes de formació en salut mental per a tots els professionals del sector sanitari, educatiu, assistencial, de lleure, etc. En definitiva, tots els col·lectius de professionals que estan en contacte amb grups de risc, amb l'objectiu de millorar la detecció i prevenció de problemàtiques de salut mental.
- 7 – Creació protocol de primers auxilis per actuar en situacions d'emergència en salut mental, fent-ne difusió i divulgació a tota la societat civil a través d'una campanya informativa..
- 8 – Creació d'un equip itinerant de professionals per fer l'acompanyament periòdic, equivalent als equips comunitaris de salut mental o *Community Mental Health Teams*, el qual atendria als diferents usuaris de la regió, proporcionant tota la gamma de funcions d'atenció especialitzada, aplicant tècniques ja implantades en altres països com podrien ser el Diàleg Obert, etc.
- 9 – Creació d'habitatges específics per persones amb experiència pròpia en salut mental que no tenen suport familiar directe, sense exclusió d'edat.
- 10 – Creació d'un servei itinerant de Club Social, per tal d'arribar als municipis que queden lluny de la capital de comarca, habilitant espais en altres municipis grans.

BLOC 4. LA SALUT MENTAL AL LLARG DE LA VIDA, EL GÈNERE



Jornades
per a l'excel·lència



Taula rodona

Hi ha diferència de gènere i de percepció social?



Alba Alfageme

Psicòloga i assessora en
Polítiques de Seguretat i
Perspectiva de Gènere del
Departament d'Interior de la
Generalitat de Catalunya



Meritxell Budó

Secretària d'Atenció Sanitària
i Participació del Departament
de Salut de la Generalitat de
Catalunya



Dr. Carles Mur

Cap del Servei de salut
mental del Sistema Andorrà
d'Atenció Sanitària (SAAS)



Moderador

Josep Puigbó
Periodista i assessor
en comunicació

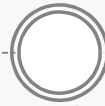
Reflexions més destacades

- ⇒ Vivim en una societat patriarcal, una societat patriarcal on les desigualtats socials desfavoreixen doblement a les dones pel sol fet de ser dones. De fet avui en dia vivim en una societat on encara ser dona es considera un factor de risc quan parlem de salut mental.
- ⇒ És urgent fer un canvi estructural.
- ⇒ Aquests estereotips de gènere van conformant un univers, els mateixos són una sèrie d'elements que no podem desvincular de la individualitat.
- ⇒ Els professionals, estem molt pendents del diagnòstic i tractament, moltes vegades sobrediagnòstic i sobretractament a les dones o infradiagnòstic als homes i no estem tan pendents en promoure la salut i les estratègies per millorar el nostre benestar emocional.

BLOC 4. LA SALUT MENTAL AL LLARG DE LA VIDA, EL GÈNERE



Jornades
per a l'excel·lència



Taula rodona
Una mirada a la vellesa



Dra. Mercè Boada
Neuròloga, directora
mèdica d'Ace
Alzheimer Center
Barcelona



Carme Elías
Actriu



Sra. Montse Cetó
Treballadora social de
la Unitat de Trastorns
Cognitius de l'Hospital
Santa Maria de Lleida



Dra. Vanesa Pytel
Neuròloga



Moderador
Josep Puigbó
Periodista i assessor
en comunicació

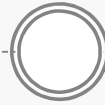
Reflexions més destacades

- ⇒ No deixar d'aprendre mai per aconseguir arribar a ser persones grans, però joves mentalment
- ⇒ No hem d'esperar que la memòria ens falli
- ⇒ La importància de cuidar els cuidadors i evitar que l'entorn del pacient no caigui malalt

CLOENDA - EL FUTUR DE LA SALUT MENTAL



Jornades
per a l'excel·lència



Taula rodona/col·loqui
El futur de la salut mental



Xavier Trias
Metge especialitzat en
pediatria i exalcalde de
Barcelona



Xavier Palomer
Fundador de l'start-up
Amelia It Care



Raquel García
Doctora en
neurociències i
representant del
laboratori Algèmica



**Benedikt Lorenz
Amann**
Investigador del
Centre Fòrum del
Consorci Parc de Salut
Mar (IMIM)



Modera:
Helena Mas
Secretària d'Estat de
Salut del Govern
d'Andorra

Reflexions més destacades

- ⇒ Está demostrado hoy en día, que en cuanto a nuestra salud mental hay un vínculo importantísimo con el estado de nuestro sistema inmunitario, de nuestro sistema cardíaco, metabólico, hormonal... No dejemos de lado la multidisciplinaridad, hemos de tener esta visión global de lo que pueda estar afectando a nuestra salud de todas la variables posibles.
- ⇒ Lús de la realitat virtual amb finalitats terapèutiques, com a eina per exposar als pacients a situacions d'estrès d'una manera gradual i controlada, així poder estudiar la seva resposta per facilitar-li tècniques per superar el seu trastorn.
- ⇒ El futuro de la salud mental se tiene que focalizar a nivel preventivo, una persona que ha vivido un trauma infantil tiene más riesgo de desarrollar un trastorno bipolar, psicosis, un trastorno de personalidad, depresión, ansiedad, ect...

EL FUTUR TALENT DEL PIRINEU



Com ja és habitual, les Jornades també van donar veu als més joves de la comarca i ho van fer a través d'una mostra artística dels treballs que han preparat alumnes de primària de l'escola La Closa d'Esterra d'Àneu, inspirats en l'artista japonès Yoshitosi Kanemaki, que fa pensar sobre les emocions humanes. Kanemaki talla escultures de fusta surrealistes, on diverses figures d'una mateixa persona es fusionen. Seguint el model de l'artista, els alumnes van expressar les emocions amb una escultura. D'aquesta manera, van treballar a l'aula el que significa tenir salut: benestar físic, mental, social i també emocional. Cada cicle ha escollit una obra d'aquest artista i ha fet la seva pròpia interpretació. El resultat és el que es va poder veure en el transcurs de les Jornades. **Anna Montoliu**, vicepresidenta de l'Associació Jornades per a l'excel·lència va destacar que, "des de les Jornades, sempre hem volgut donar un espai per al petit talent del Pirineu. Per això, col·laborem durant tot el curs amb les escoles i els instituts del nostre entorn sobre el tema triat com és, en aquest cas, la salut mental".



PROMOCIÓ ESDEVENIMENT I XARXES SOCIALS



Fora estigmes! La salut mental al Pirineu

IX edició - 30 setembre - 1 octubre 2022
Esterrí d'Àneu

Moderat pel periodista Josep Puigbó

Presencial i en streaming
jornadesperalexcelencia.cat



Hi intervindran, entre altres:

ENRIC ÀLVAREZ, psiquiatre i excap de psiquiatria de l'Hospital de Sant Pau

MERCÈ BOADA, neuròloga, directora mèdica d'Àce Alzheimer Center Barcelona

MONTSERRAT DOLZ, psiquiatra i cap de l'àrea de salut mental de l'Hospital Sant Joan de Déu

XAVIER TRIAS, metge especialitzat en pediatria i exalcalde de Barcelona

MERITXELL BUDÓ, secretària d'atenció sanitària i participació del Departament de Salut

ALBERT FONT, ministre de Salut d'Andorra

JOSEP MARIA ARGIMON, conseller de Salut de la Generalitat de Catalunya



Només calen dos segons per injectar un tòxic que anul·la la voluntat
Un minge farmacològic és el responsable de poder parar les dretes agrícoles

La UE comença 250 milions de dòlers de la vacació d'hipa contra la covid

**Fora estigmes!
La salut mental al Pirineu**
IX edició - 30 setembre - 1 octubre 2022
Esterrí d'Àneu
Moderat pel periodista Josep Puigbó
jornadesperalexcelencia.cat

Illa ofereix a Aragó pactar els pressupostos del 2023
Vilega respon que el soci prioritari continua amb la CUP

El PIC repunta a pujada d'abans del del Governament de la presidència del Pirineu

**Fora estigmes!
La salut mental al Pirineu**
IX edició - 30 setembre - 1 octubre 2022
Esterrí d'Àneu
Moderat pel periodista Josep Puigbó
jornadesperalexcelencia.cat



PROMOCIÓ ESDEVENIMENT I XARXES SOCIALS



Fora estigmes!

La salut mental al Pirineu

TAULA RODONA A ANDORRA

Divendres 16 setembre 2022 - 19.00

Teatre de les Fontetes de la Massana

En el marc de la IX edició de les Jornades per a l'excel·lència a Esterrí d'Àneu
30 setembre - 1 octubre 2022

Presencial i en *streaming*
<https://www.andorradifusio.ad/>



Moderat pel periodista Josep Puigbó

Hi intervindran:

Sr. **CARLES MUR**, Cap del Servei de Salut mental
del Sistema Andorrà d'Atenció Sanitària

Sra. **SOPHIE ALBERT**, Directora General adjunta
de l'Agència Regional de Salut d'Occitània

Sra. **ANA TIJERINO**, Oficial tècnic de Salut Mental de la
Organització Mundial de la Salut - Oficina Regional Europa

Organitzadors:



Govern d'Andorra



Jornades
per a l'excel·lència

Amb la col·laboració de:



La Massana



la pitavola del
COMAPEDROSA
194 universitat



PROMOCIÓ ESDEVENIMENT I XARXES SOCIALS



jornadesperalexcellen...

Enviar mensaje

Seguir



212 publicaciones

1,060 seguidores

664 seguidos

Jornadesperalexcellencia

Evento

30 de setembre a l'1 d'octubre 2022

Fora estigmes! La salut mental al Pirineu

Esterri d'Àneu (Lleida)

Segueix-nos per streaming

lleidatv.alacarta.cat/endirecte2



INSTAGRAM



Dades Jornades (30 setembre i 1 d'octubre)



843 likes



16 comentaris



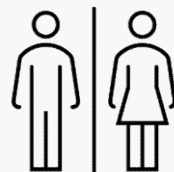
INDICADORS D'AUDIÈNCIA



4.518.819

Audiència

SEGUIMENT JORNADES



**220 persones
presencials**



632 persones
Úniques (*)



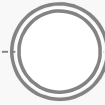
1.324 persones

Nou mètode de mesura + restrictiu (Nomes SmartTV) (*)





PUBLICACIONS MITJANS INFORMATIUS



Escaldes-Engordany

Albert Font clou les IX Jornades per a l'Excel·lència, centrades en la salut mental

El Pirineu reclama coordinació en els recursos i imaginació per atendre un territori extens i amb poca població

Per **El Periòdic**

Publicat el Dissabte, 1 d'octubre de 2022 | 19:30 h



Un instant de la taula rodona H1 ha diferència de gènere i de percepció social | L'indaba

el Periòdic

Les IX Jornades per a l'Excel·lència, que porten el títol *Fora estigmes! La salut mental al Pirineu*, s'han tancat avui amb un rècord de públic i amb una llista llarga de demandes a les administracions i a la societat per combatre l'estigma de les malalties mentals. L'encarregat de cloure les sessions que, durant dos dies s'han celebrat al pavelló esportiu d'Estèri d'Àneu, ha estat el ministre de Salut d'Andorra, Albert Font que ha destacat que després d'aquestes jornades i de tot el que aquí s'ha dit "la tasca que ens hem encomanat és un llarg viatge".

La particularitat dels territoris de muntanya

Des del territori pirinenc s'han fet unes reclamacions particulars que van en el sentit de destinar més recursos, més divulgació i imaginació per atendre un territori extens i amb poca població com és el Pirineu. Per això els testimonis participants han fet pales les necessitats de transport de les persones que pateixen malalties mentals als territoris de muntanya. Les associacions que hi han participat, com el Club Social de Tromp, reclamen habitatge social i pesos d'emergència, més atenció social i sanitària coordinada.

La primera taula rodona d'aquesta segona jornada, s'ha dedicat a les generacions més joves. Sota l'encapçalat *Generació digital: connectats o desconectats?* La psiquiatra Montserrat Dolz, ha explicat que Tàbulis de les tecnologies fa disminuir l'escorça cerebral i minva el coeficient intel·lectual en 15 punts, i això és molt i per això "cal neuro-protecte la infantesa i l'adolescència, una etapa clau en la vida de les persones", ha afegit. A més, el psicòleg especialitzat en educació emocional i



FOTO: Jern, per Excel. / Xaviel Tribu va participar en les Jornades

El Pirineu vol més recursos per a les malalties mentals

El Pirineu es converteix en un portant al·lèu contra l'estigma de la salut mental i reclama més recursos, més divulgació i imaginació per atendre un territori extens i amb poca població, celebrades a Estèri d'Àneu.



FOTO: / El conseller Argimon durant la seva intervenció virtual ahir

Argimon insta a parlar del suïcidi com a forma de prevenció en salut mental

El conseller de Salut, Josep Maria Argimon, va afirmar ahir en el marc de les jornades per a l'Excel·lència que es desenvolupen a Estèri d'Àneu que "volem posar de relleu el telèfon de prevenció del suïcidi. Hem de parlar del suïcidi perquè la prevenció passa per parlar-ne". El conseller va ser l'encarregat ahir de dur a terme la inauguració de les Jornades que enguany

porten per títol "Fora estigmes! La salut mental al Pirineu". El ministre de Salut del Govern d'Andorra, Albert Font, serà l'encarregat demà de cloure l'esdeveniment. Participaran ponents de primer nivell del sector mèdic, científic, tecnològic, social o antropològic i una desparada participació de testimonis, familiars de pacients i associacions de salut mental del territori.

La Mañana

SEGRE



Un dels debats que es van portar a terme ahir.

INICIATIVES ESTERRI D'ÀNEU

Les Jornades d'Excel·lència clamen contra l'estigma de la salut mental

(ESTERRI D'ÀNEU) Les IX Jornades per a l'Excel·lència d'Estèri d'Àneu, que s'han celebrat aquest cap de setmana, han situat el Pirineu com un altaveu contra l'estigma de la salut mental. Les comarques de muntanya van reclamar coordinació en els recursos i imaginació per atendre un territori extens i amb poca població.

Les associacions que han participat en aquesta iniciativa, com el Club Social de Tromp, van reclamar habitatge social i pesos d'emergència i més atenció social i sanitària coordinada. Les jornades, que van finalitzar ahir, han comptat amb onze debats en els quals han participat quaranta ponents entre professionals de la salut, investigadors, pacients i associacions. Un dels debats més emotius d'ahir va ser el dedicat a la gent gran, amb la participació de la neuròloga i directora mèdica d'Àrea Alzheimer Center Barcelona, Mercè Ronda, la neuròloga Vanesa Pylat i el psiquiatra i exaltible de Barcelona Xavier Tria, entre d'altres.



PUBLICACIONS MITJANS INFORMATIUS



Conclouen les Jornades per a l'excel·lència amb una llarga llista de demandes

Font considera que la tasca encomanada és un llarg viatge



Una de les sessions de les jornades.

Actualitzada 01/10/2022 a les 09:38 | Redacció | Pirineu d'Àneu

Diari d'Andorra



Les IX Jornades per a l'Excel·lència sota el títol "Fora estigim? La salut mental al Pirineu" han condis avui amb un recòrd de públic i amb una llista llarga de demandes a les administracions i a la societat per combatre l'estigma de les malalties mentals, segons s'ha informat a través d'un comunicat.

L'encarregat de cloure les sessions que, durant dos dies s'han celebrat al pavelló esportiu d'Esterni d'Àneu, ha estat el ministre de salut d'Andorra, Albert Font que ha destacat que després d'aquestes jornades i de tot el que aquí s'ha dit "la tasca que ens hem encomanat és un llarg viatge".

La particularitat dels territoris de muntanya

Des del territori pirinenc s'han fet unes reclamacions particulars que van en el sentit de destinar més recursos, més divulgació i imaginació per atendre un territori extens i amb poca població com és el Pirineu. Per això els testimonis participants han fet palès la necessitat de transport de les persones que pateixen malalties mentals als territoris de muntanya. Les associacions que hi han participat, com el Club Social de Tremp, reclamen habitatge social i pisos d'emergència, més atenció social i sanitària coordinada.

La primera taula rodona d'aquesta segona jornada, s'ha dedicat a les generacions més joves. Sota l'etiqueta "Generació digital: connectats o desconectats?" La psiquiatra Montserrat Doiz, ha explicat que "l'abús de les tecnologies fa disminuir l'escorça cerebral i minua el coeficient intel·lectual en 15 punts, i això és molt" i per això "cal cuidar i protegir la infantesa i l'adolescència, una etapa clau en la vida de les persones" ha afegit. Xacir Margarit, psicòleg especialista en educació emocional i benestar ha explicat que "la sobreexposició als estímuls i falsos nous provoquen trastorns com són els trastorns de conducta alimentària" i ha aconsellat que "el contacte amb els fills és molt important i no es pot delegar a una pantalla".



El Pirineu reclama coordinació i imaginació per atendre la salut mental en un territori extens i poc poblat

Les Jornades tanquen la seva IX edició amb rècord d'assistents i una gran participació en els col·loquis, com a símptoma de l'interès generat



• "Una mirada a la vellesa", amb la neurologa Mercè Boda / jornadesperalexcel·lencia.cat



Aquest dissabte han conllos les IX Jornades per a l'Excel·lència sota el títol "Fora estigim? La salut mental al Pirineu", amb un recòrd de públic i amb una llista llarga de demandes a les administracions i a la societat per combatre l'estigma de les malalties mentals.

L'encarregat de cloure les sessions que, durant dos dies s'han celebrat al pavelló esportiu d'Esterni d'Àneu, ha estat el ministre de salut d'Andorra, Albert Font que ha destacat que després d'aquestes jornades i de tot el que aquí s'ha dit "la tasca que ens hem encomanat és un llarg viatge".

La particularitat dels territoris de muntanya

Des del territori pirinenc s'han fet unes reclamacions particulars que van en el sentit de destinar més recursos, més divulgació i imaginació per atendre un territori extens i amb poca població com és el Pirineu. Per això els testimonis participants han fet palès la necessitat de transport de les persones que pateixen malalties mentals als territoris de muntanya. Les associacions que hi han participat, com el Club Social de Tremp, reclamen habitatge social i pisos d'emergència, més atenció social i sanitària coordinada.

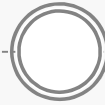


Les sessions d'aperitíu a una h d'elles amb Mercè Boda / jornadesperalexcel·lencia.cat

La primera taula rodona d'aquesta segona jornada, s'ha dedicat a les generacions més joves. Sota l'etiqueta "Generació digital: connectats o desconectats?" la psiquiatra Montserrat Doiz, ha



PUBLICACIONS MITJANS INFORMATIUS



undatia
Comunicació

El Pirineu es converteix en un potent altaveu contra l'estigma de la salut mental

PER REDACCIÓ / 12.09.2022 20:53 / A. PINELL



Assistents a les IX Jornades per a l'Excel·lència sanitària, a la sala consell.

Aquí s'ha debatut, han conclòs les IX Jornades per a l'Excel·lència Sota el títol "Fora estigues! La salut mental al Pirineu", amb un rècord de públic i amb una llista farga de demandes a les administracions i a la societat per a combatre l'estigma de les malalties mentals.

L'encarregat de situar les sessions que, durant dos dies s'han celebrat al pavelló esportiu d'Esterri d'Aneu, ha estat el ministre de salut d'Andorra, Albert Estarri que ha destacat que després de dues jornades i de tot el que aquí s'ha dit: "Ja toca que ens hem encaminat de un bon viatge".

FÒRUM.AD
LES NOTÍCIES D'ANDORRA I EL PINELL

La particularitat dels territoris de muntanya

Des del territori pirinenc s'han fet unes reclamacions particulars que van en el sentit de destinar més recursos, més divulgació i immigració per a atendre un territori extens i amb poca població com és el Pirineu. Per això els territoris participants han fet palls les necessitats de transport de les persones que patirien malalties mentals als territoris de muntanya. Les associacions que hi han participat, com el Club Social de Tremp, reclamen **habitatge social i plans d'envelliment**, més atenció social i sanitària coordinada.

La primera causa raó de aquesta segona jornada, s'ha dedicat a les generacions més joves. Sota l'enunciat "Generació digital: connectats o desconectats? la psicòloga Montserrat Datz, ha explicat que "l'ús de les tecnologies fa disminuir l'esperega emocional i minimeix els conflictes interpersonals en la parella, i això és mal" i per això "cal neuroprotegir la intimitat i l'autoconsciència, una etapa clau en la vida de les persones" ha afegit.

Xavier Margarit, psicòleg especialista en educació emocional i benestar ha explicat que "la sobreexposició als estímuls i l'alta sensibilitat provocuen trastorns com són els **trastorns de conducta altimental**" i ha aclarit que "el contacte amb els nens és molt important, no es pot delegar a una pantalla".

Una de les taules més emocionants ha estat la dedicada a la gent gran, titulada "Una mirada a la vellesa", amb la participació de la neurologa i directora mèdica d'Ace-Neurocenter Center Barcelona, **Mireia Boada**, i la neurologa **Vanessa Pytel**. Boada ha explicat que per a aconseguir arribar a ser persones grans, però joves mentalment, "no hem de deixar d'aprendre mai". L'obra **Comerç Blau** ha destacat que, a l'ús de l'Alzheimer que potem, "tots els dies, menys un trosset de la neurovela". Pytel ha demostrat que des de la clínica hem de combinar per a prevenir la por i poder actuar.

La taula robina "Hi ha diferència de gènere i de percepció social?" ha estat un dels debats més controvertits. Els participants han estat, la psicòloga **Alba Añigame**, la secretària d'Iniciativa Sanitària i Participació del Departament de Salut, **Montserrat Boada** i el cap del Servei de salut mental del Sistema Andorrà d'Iniciativa Sanitària (SISAS), **Carles Mir**.

La darrera taula de la jornada ha estat moderada per **Helena Macs**, secretària d'Estat de Salut del Govern d'Andorra. Aquí s'ha parlat sobre "El futur de la salut mental", on s'ha vist una demostració d'uners ulleres virtuals per a la teràpia de la mà de Javier Palomeu, fundador d'Inicia i Care. Aquesta tecnologia serveix per a tractar determinats trastorns mentals com les fòbies.

En la mateixa taula ha participat **Xavier Trias**, metge i evaluador de Barcelona qui ha declarat que "la salut mental és una assignatura pendient per a la salut pública de la ciutadania i cal inventar, ser participants de canvi una mica més de difícil per a canviar la salut mental". Per a Trias és molt important avaluar el sistema d'atenció en salut mental, i és molt important, també, invertir en recerca innovació i formació en el nostre país (Catalunya).

Conclusions i demandes

Polítics, assistents, professionals de l'àmbit sanitari, investigadors, pacients i associacions d'usuaris han fet una llista de

Les Jornades per a l'Excel·lència d'Esterri, amb la salut mental

Esterri d'Aneu
REDACCIÓ

Les Jornades per a l'Excel·lència a Esterri d'Aneu s'han sumat a la campanya per la Salut Mental: "Donà-li un lloc a la salut mental. Pel dret a créixer en benestar". Les IX Jornades per a l'Excel·lència, que es van celebrar fa pocs dies en aquesta petita població del Pallars Sobirà, ho van tractar sota el títol "Fora estigues! La salut mental al Pirineu". Testimonis, experts i associacions van reclamar més recursos, divulgació i coordinació per l'atenció de la salut mental als territoris de muntanya.

L'Organització Mundial de la Salut (OMS) ha declarat el dia 10 d'octubre com el Dia Mundial de la Salut Mental. L'Associació de



FOTO: Undatia/ Jesús Montoliu, president de les Jornades a Esterri

les Jornades també se sumen a la campanya i al seu lema "Donà-li un lloc a la salut mental. Pel dret a créixer en benestar".

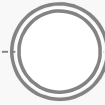
L'associació considera que "la pandèmia de la Covid-19, ens ha deixat una altra pandèmia que cal afrontar des del vessant individual, per normalitzar i visibilitzar els trastorns mentals. Però també des del vessant col·lectiu dedicant més recursos, divulgació i coordinació global".

Recordem que els passats 30 de setembre i 1 d'octubre es van celebrar a Esterri d'Aneu les IX Jornades per a l'Excel·lència sota el títol "Fora estigues! La salut mental al Pirineu". Aquestes jornades es van convertir en un potent altaveu contra l'estigma de la salut mental, on es van reclamar més recursos, divulgació i coordinació per l'atenció de la salut mental en els territoris de muntanya com és el cas del Pirineu.

LaMañana



ORGANITZACIÓ I RRHH



COMITÈ ORGANITZADOR (100% ALTRUISTA)



Jesús Montoliu.



Anna Montoliu.



Marta Guillén.



Rosa Brau.



Edna Tarrado.



Marc Palobart.

L'Associació Jornades per a l'excel·lència és una entitat sense ànim de lucre que es va constituir a Esterri d'Àneu (Pallars Sobirà) l'any 2014 amb l'objectiu de promoure el perfeccionament professional dels habitants de l'alta muntanya i afavorir, així, el desenvolupament del territori. Aquesta

iniciativa neix de la inquietud d'un grup de professionals que mantenen una vinculació laboral però també personal amb les comarques de muntanya i que veuen la necessitat de crear un espai per intercanviar experiències i aportar valor als petits empresaris de la zona.



Propòsit associació Jornades



“El de la bogeria i el del seny són dos països limítrofs, de fronteres tan imperceptibles, que mai pots saber amb seguretat si et trobes en el territori de l’una o en el territori de l’altra”.

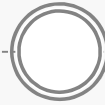
Arturo Graf

Ara que tot just ens recuperàvem d’una pandèmia, tornem a viure en un període convuls i incert per les conseqüències d’una guerra que provoca danys físics, però també sofriments psíquics. La novena edició de les Jornades per a l’excel·lència l’hem volgut dedicar a la salut mental. El focus l’hem posat en la salut mental al Pirineu i en com combatre l’estigma, amb la intenció de normalitzar socialment els trastorns que pateixen moltes persones. Encara avui, tant elles com els seus familiars són estigmatitzats per la societat i, el que és més preocupant, pel seu entorn més immediat. Són moltes les preguntes que ens planteja la salut mental. Des de quin és el seu origen fins a quins són els trastorns mentals més comuns. O a quantes persones afecten. Com combatre l’estigma i quin és el mapa dels recursos amb els quals comptem als territoris de muntanya. O saber com ens pot afectar al llarg de la vida i si ho fa de forma diferent a homes i dones.

Per respondre a totes aquestes qüestions vam comptar amb una quarantena d’experts i testimonis de primer ordre, que ens han ajudat a abocar llum sobre una realitat complexa que necessita una estratègia integradora, global i multidisciplinar. Una mirada social que ens implica a tots, com a individus i com a societat. Durant les dues sessions de les jornades vam recuperar el format presencial al cent per cent i, per tercer any consecutiu, hem combinat l’emissió en directe per streaming amb la transmissió per Lleida TV.



Propòsit associació Jornades



Van ser dos dies que van sacsejar-nos a tots de forma individual i col·lectiva. Són moltes les reivindicacions i reflexions necessàries que vam escoltar de la mà dels experts, ponents i testimonis. A tots ells, els vull donar les gràcies pel seu compromís professional, que fa que cada dia entenguem millor aquests trastorns. I, de forma especial a tots els testimonis, valents i exemplars, que van alçar la mà per normalitzar i combatre l'estigma contra les malalties mentals.



Jesús Montoliu i Fayàs
President Associació
Jornades per a l'excel·lència

**Moltes gràcies per la seva
col·laboració i fer possible el nostre
projecte**

COMITÈ ORGANITZADOR



Jornades
per a l'excel·lència

