

EDICIÓN TRIMESTRAL.  
Realización de redacción,  
fotografías y maquetación:  
Usuari@s del taller de prensa.

Depósito legal Gran Canaria 185/2000

EJEMPLAR GRATUITO

## AGRUPACIÓN PARA LA DEFENSA DEL PACIENTE PSÍQUICO



# CARNAVAL, CARNAVAL

Por NATIVIDAD BALTANÁS  
Monitora de Ocio

Fantasia, magia, color, desfiles, disfraces, comparsas, máscaras, purpurina y música en la calle son algunos de los elementos imprescindibles para este evento de carácter lúdico tan popular en todos los rincones del planeta.

Y como no, en El Cribó, despertamos la imaginación, desplegamos las alas de la ilusión, nos pintamos la cara con colores de vida y volamos sin obstáculos...

Disfrutamos de un tiempo para bailar a ritmo de samba, participar en el concurso de disfraces, maquillarnos, etcétera... Todas ellas, actividades realizadas en el Centro. Seguidamente nos deslizamos entre el bullicio del Coso para compartir risas y ver sueños hechos realidad. Finalmente, pusimos ritmo de percusión saliendo por la ciudad en el Carnaval Escolar, Carnaval de Día y otros, para interpretar los temas de la batucada, que con tanto esmero se han ido preparando a lo largo del año, y con los que el público pudo bailar y sentir los golpes de los tambores resonando en sus corazones.

¡Porque así es el Carnaval y así lo hemos celebrado!



y además:

ENTREVISTA A RAÚL OTÍN (II) - EL RINCÓN DEL COMPAÑERO/A - REFLEXIÓN - LO QUE NO SE VE

## SINTONIZA LA OVEJITA NEGRA

Radio Insular ..... 96.7 FM ..... Lunes ..... 16:00 h.  
Radio Municipal de Tegüise..... 107.1 FM ..... Martes ..... 18:00 h.  
Radio Municipal de Tías..... 105.9 FM ..... Sábado ..... 10:00 h.



## Nuestro programa de radio

Ondas Yaiza..... 98.9 FM ..... Sábado ..... 10:00 h.  
Lancelot Radio..... 90.2 - 91.3 - 106.9 FM ..... Sábado ..... 8:45 h.  
Radio Municipal de Tinajo..... 106.7 ..... Miércoles ..... 11:00 h.

## “Somos muy ambiciosos en relación a la red de Salud Mental en Lanzarote y queremos que crezca”

Por M<sup>a</sup> CARMEN ORTEGA / OLGA GARCÍA

**-¿De qué factores depende la salud mental de una población?**

-Lo principal, desde mi punto de vista es todo lo que tenga que ver con la cohesión social y todo lo que tenga que ver con un nivel mínimo de bienestar económico y laboral. Es decir, una población no puede tener una adecuada salud mental si las familias y la comunidad no están protegidas y si las personas no tienen acceso a un trabajo estable que les proporcione unos recursos económicos mínimos para llevar una vida independiente.

**-¿Han aumentado las enfermedades mentales en Canarias?**

-En términos generales podríamos decir que sí, especialmente todo lo que tienen que ver con el sufrimiento que ha generado la crisis: el desempleo, el desarraigo... Las grandes enfermedades mentales tienen unas cifras bastante estables. Se dice clásicamente que, por ejemplo, el uno por ciento de la población padece esquizofrenia en cualquier población occidental. Pero sí hemos observado en estos últimos años que ha habido un aumento de las consultas, en buena medida, debido a ese sufrimiento que ha provocado la crisis económica en la población, que ha sido terrible.

**-¿Cuáles son las principales líneas estratégicas del nuevo Plan de Salud Mental de Canarias?**

-Lo primero que quiero destacar es que es una gran noticia que en Canarias haya un Plan de Salud Mental y que se haya hecho, además, de una manera tan abierta, donde los profesionales han podido participar. Quiero explicarles que en casi todas las líneas del Plan han participado profesionales de Lanzarote tanto de la USM como de El Cribo, que también se ha implicado. Sería muy extenso hablarle de todas las líneas pero fundamentalmente quiero destacar que donde va a poner el acento el Plan va a



Raúl Otín (psiquiatra). Gerente de los Servicios Sanitarios del Área de Salud de Lanzarote.

**“El nuevo Plan de Salud Mental de Canarias está previsto que nos dote de más recursos tanto de infraestructuras como de recursos humanos para poder hacer frente a todo lo que nos pide”**

ser en el trastorno mental grave y en la atención a la población infanto-juvenil.

**-¿Hay suficientes recursos en el campo de la salud mental en Lanzarote?**

- En los últimos años hemos ido creciendo, pero todavía faltan muchas cosas. Tenemos planes que hemos ido trabajando con todo el equipo para ir ampliando esos recursos: queremos que haya equipos comunitarios que puedan estar más cerca de las personas y de sus familias, queremos que haya un hospital de día... somos muy ambiciosos en relación a la red de Salud Mental en Lanzarote y queremos que crezca.

**-¿Son suficientes para abordar el nuevo Plan de Salud Mental de Canarias?**

-El nuevo Plan de Salud Mental de Canarias está previsto que nos dote de más recursos tanto de infraestructuras como de recursos humanos para poder hacer frente a todo lo que nos pide. Tenemos mucha ilusión porque el servicio va a crecer.

**- La sanidad va a tener que lidiar con retos como el envejecimiento de la población y el incremento de la longevi-**

**dad, ¿cómo se afronta este hecho desde las Áreas de Salud Mental?**

-En la medida en la que mejoran los tratamientos, afortunadamente las personas viven más años. Lo primero que hay que hacer es prevenirlo y elaborar los informes necesarios, cosas que ya hemos hecho. En el equipo de la USM se ha trabajado muy seriamente en ello. Y lo que necesitamos es solicitar los recursos que en los próximos años van a ser necesarios, bien sea residenciales, de apoyo a domicilio, etc., previendo que muchas de las personas que tienen enfermedad mental y que son más o menos jóvenes van, a seguir felizmente viviendo y van a tener sus achaques y van a necesitar ese soporte. Esperamos que las administraciones sean sensibles a esas necesidades y poquito a poco nos vayan dotando de los recursos que nosotros como técnicos prevemos que vamos a necesitar.

**- A día de hoy, ¿la integración laboral del paciente psíquico es una realidad?**

- Cada caso es diferente. En general, no es fácil para las personas con una enfermedad mental grave la integración laboral. Hay mucho camino que recorrer en ese ámbito, todavía. Sin duda, también hay personas que están bien integradas y bien consideradas en su medio laboral. Relacionándolo con la pregunta anterior, en la medida en que los tratamientos han ido mejorando, tanto los farmacológicos como los no farmacológicos, porque todos son importantes, las personas gozan de mayor calidad de vida, de mayor estabilidad clínica y lógicamente se enfrentan a las necesidades de cualquier ser humano: necesidades de afecto, de cariño, y necesidades de tipo material, que para satisfacerlas, lo ideal es tener un puesto de trabajo.

**-Para terminar, personalmente que considera más importante: ¿El apoyo familiar, la terapia psicológica o la farmacológica?**

-Sin ninguna duda, el apoyo familiar.

## El Cribo desde dentro



Un momento del evento "El Cribo desde dentro". En la imagen de la derecha, Leandro Cedrés, Fabricio Van der Stock, Julio Santiago, Dulce Fajardo, José Luis Otaduy y Jesús M<sup>a</sup> Fernández.

En colaboración con Rotary Club, El Cribo programó el evento "El Cribo desde dentro" que tuvo lugar en el Hotel Lancelot el pasado 18 de enero. En dicho evento, junto con Julio Santiago Obeso participaron tres usuarios de la asociación, Carolina Fernández, Ángel Agudo y Javier Casal. Estos tres compañeros contaron sin reparo de ningún tipo como era su vida antes y ahora que padecen una enfermedad mental; nin-

guno de ellos dejó indiferente al público que presenciaba el evento, pues como ya les mencioné, no tuvieron reparo en relatarnos todo aquello que ellos vivieron cuando su vida transcurría como la de cualquier persona hasta el momento que les llega una enfermedad mental y su vida pega un giro de 180°. Eso sí, su vida hoy transcurre con total normalidad. Eso lo dejaron bastante claro, simplemente cumpliendo unos patrones,

su vida es como la de cualquiera. Una vez que se terminó de exponer todo aquello que ellos estimaron oportuno, refiriéndose, claro está, a su vida antes y después de la enfermedad, también participó el público con sus preguntas.

Tomando como punto de partida este evento, la colaboradora de este periódico Olga García, introduce una nueva sección para conocernos mejor: El rincón del compañero/a.

Por OLGA GARCÍA

### Yolanda

Yolanda Partida es una chica nacida en Almería, su infancia fue muy feliz, recuerda ella, rodeada de amigos que la querían, se veía a sí misma como alegre, risueña... Durante parte de su niñez también vivió con su familia en Ceuta.

Sus amistades eran muy apreciadas por ella y muy queridas, tanto que le consideraban como una hermana. Dice reconocer que los echa de menos y que le gustaría volver a verlos. De esa época conserva un bonito recuerdo.

Sus padres fueron una buena influencia. Su madre depositó mucha confianza en ella ya que le trataba como a una amiga dándo-



le apoyo incondicional y dándole todo tipo de consejos. El padre, a su manera, también le daba consejos.

A una cierta edad muy temprana, en su juventud, se puso enferma de los nervios, y acudió al médico. En este proceso, recomendada por su médico, acudió a la Asociación El Cribo, que le prestó ayuda para seguir adelante y le facilitó un piso protegido.

### EL RINCÓN del compañero/a

Aunque hoy en día se siente un poco perdida, lo cierto es que participa en multitud de talleres, uno diferente cada día. Sus talleres no son pocos: Viverismo, Habilidades lectoras (ya que ha vivido un tiempo en Francia), Habilidades sociales, Radio, Informática y Coral. Para terminar, también hace taller de "guapura" (hábitos de higiene e imagen personal) los viernes y en el mismo día, acude a la psicopedagoga a ejercitar su memoria, ya que según ella comenta "pierdo el plomo", y lamenta haber olvidado todo lo que estudió en sus tiempos.

Yoli es muy activa, abierta y tiene un gran corazón, y brinda su amistad a quien bien la quiera. Gracias Yolanda, por tu atención y mucha suerte en tu camino.

## EN APARIENCIAS...

### En consecuencia

**T**odos nosotros nos damos a conocer en apariencias, nunca vemos la puerta que tenemos delante. Nadie encuentra una razón para aprender si no es por sus faltas o por su espíritu de aventura.

También podemos ver, escuchar y observar; donde fallan las palabras, los hechos demuestran la posibilidad de dar un paso hacia adelante. En la actualidad ese paso es el que nos mantiene en la lucha por nuestros deberes o sueños, aquí en el mundo.

Mientras los amigos de la razón y la sin razón por los hechos luchan por permanecer en el gobierno, el pueblo con más conocimientos que ellos se limitan a aplaudir al ignorante al burro y el asno.

Nada puede dar salida a la razón sin un juicio posterior a los hechos.

## REFLEXIÓN

Por MARI CARMEN ORTEGA



## La pérdida de los valores

**T**enemos la pérdida de los valores en la sociedad, en los jóvenes, en la familia, en la juventud, en las cosas morales... Para mí los más importantes son los que tienen que ver con la familia, porque se establecen relaciones personales que entrañan afinidad de sentimientos, de afectos, e intereses que se basan en el respeto mutuo de las personas. Las relaciones personales y la estabilidad familiar son los fundamentos de la libertad, de la seguridad, de la fraternidad en el seno de la sociedad. Es por esto que en la familia se inicia a la vida social.

Es en la familia donde se enseñan los primeros valores. Valores que serán sustento para la vida en sociedad y a lo largo de la vida de la persona. Entre estos valores también estarían el respeto, la justicia, la responsabilidad, la lealtad, la autoestima... Mi opinión personal, respetando todas y cada una de vuestras opiniones, es que la humanidad se ha olvidado de amar, de querer y que por eso se pierde y no consigue el control de las cosas. Como yo he dicho otras veces, la familia es el vestido de las personas y si esto falla, falla la humanidad.



Un día cualquiera en el taller de diseño gráfico.

Por M<sup>a</sup> CARMEN ORTEGA

## Progresando

El Cribo tiene un taller de diseño gráfico, impartido por Adrián Rodríguez, que es todo un "crack" en esta materia. También es monitor del taller de informática y de nuevas tecnologías. Adrián desvela un poco este mundo: lleva 10 años dando clases y demostrando que es posible que los pacientes psíquicos pueden aprender y desarrollar esta actividad. "La idea de este taller surge de la demanda de los usuarios de tener más talleres ocupacionales", dice.

Jorge, Dulce y Angie son los usuarios que más tiempo llevan en el taller y dicen que aprenden muchas cosas.

Angie lleva más de ocho años en el taller. Lo que más le gusta es retocar fotografías y hacer montajes, y lo que menos, "no hay nada", comenta. -¿Qué les dirías a la personas que están en casa y no se deciden a venir?: "Yo los animaría a venir y que conozcan este taller", comenta.

Jorge, que lleva 4 años en el taller, cuenta que lo ha elegido porque le gusta manejar los ordenadores. Lo que más le gusta es que va descubriendo cosas nuevas que no sabía, y como a Angie, no hay nada que no le guste. "Animo a participar en el taller porque aparte de aprender, se comparten muchas cosas", dice.

Dulce, que quizá es la usuaria más vieja de ellos, ha pasado por todos los talleres de El Cribo y confiesa que "éste es el más que me gusta". Su objetivo es mantener la mente ocupada. -¿Ayuda mucho?: "Mucho no, muchísimo". -¿Es difícil aprender?: "Si se quiere, se puede aprender", puntualiza.

Es un taller que tiene mucha aceptación. Además de diseño gráfico e informática se aprenden muchas cosas necesarias para la vida de hoy en día. Este reportaje está hecho con la intención de que se conozca un poco nuestro mundo interior. Quiero darle las gracias a los que han participado y animar a la gente a venir.

## COLABORA:

