



RED DE BIBLIOTECAS
PARA PACIENTES



Leer es Salud

PROGRAMA ENTRE MENTES

*Uso terapéutico de la lectura en
el ámbito de la Salud Mental*

*Fundación de Educación para la Salud
(FUNDADEPS)*





Punto de partida

La Fundación de Educación para la Salud (FUNDADEPS) es una organización no lucrativa nacida en el año 2003 en el seno del Hospital Clínico San Carlos de Madrid. Es la continuadora de la Asociación de Educación para la Salud (ADEPS), una organización surgida en el Servicio de Medicina Preventiva de ese mismo hospital en el año 1985, pionera en el desarrollo de la Educación para la Salud en España.

FUNDADEPS tiene como finalidad fomentar la salud a través de la promoción de la salud, la educación para la salud y la investigación científica y técnica, aumentando la calidad de vida de la ciudadanía por medio de la Cultura de la Salud.

El Programa Salud y Lectura, financiado por el Ministerio de Cultura y Deporte, dentro del que se encuentra la Red de Bibliotecas para Pacientes, comenzó su andadura en el año 2004, y tiene como principales objetivos:

- Entretener a las personas ingresadas o acompañantes y familiares que soliciten un libro,
- Favorecer la recuperación, disminuyendo las sensaciones de soledad y aislamiento,
- Incrementar las actividades de fomento de la lectura dirigidas hacia pacientes y usuarios dentro de los hospitales.

De esta manera, las personas hospitalizadas pueden acceder a la lectura como cualquier otro ciudadano, sin que la circunstancia de su ingreso sea obstáculo para continuar con su hábito de lectura.

Las Bibliotecas para Pacientes son un servicio gratuito que presta el Hospital como parte fundamental del cuidado global del paciente. Con ello se pretende ofrecer espacios creativos o artísticos dentro de los hospitales que favorezcan el vínculo con el otro y, al mismo tiempo, aporten nuevos recursos para enriquecer los tratamientos desde el ámbito de la lectura.

En la actualidad, esta Red Estatal se conforma de 50 bibliotecas repartidas por toda España. Esto supone dar servicio a más de 7 millones de usuarios a través de un catálogo general formado por cerca de 140.000 ejemplares, incluidos, en muchos casos, las últimas novedades editoriales.

Estas cifras evidencian el esfuerzo diario del personal profesional y voluntario adscrito a estos servicios, básicos e indispensables, para desarrollar acciones de humanización y de promoción de la salud a través de la lectura. Además de dar apoyo a las propias bibliotecas, la Red realiza numerosas actividades como un servicio gratuito de formación, la creación de podcast con lecturas y narraciones profesionales de libre descarga, cuentacuentos, tertulias literarias, club de lectura online para profesionales, donación de fondos, concurso de cuentos, jornadas, etc.

**Si quieres saber conocer mejor nuestra labor,
¡visítanos!
www.bibliotecasparapacientes.org**

Programa Entre mentes

En la Red de BPP confiamos en la lectura como recurso para mejorar el bienestar de las personas. Palabra a palabra, las historias de los libros amplían el universo de lo posible, enriquecen el mundo subjetivo y nos ayudan a elaborar un relato de nosotros mismos y de nuestro lugar en el mundo. Desde esta perspectiva, la literatura se transforma en un espacio de elaboración personal y construcción social, que estrecha lazos con la convivencia, la inclusión y la ciudadanía.

Con estas ideas como base y como meta, la Red de BPP desarrolla una serie de acciones que tienen como fin la promoción de la lectura en el ámbito socio sanitario. Entre ellas, desde hace más de cuatro años se vienen realizando cursos gratuitos de animación a la lectura en el contexto hospitalario dirigidos al personal y al voluntariado de las Bibliotecas para Pacientes, en los que se han podido recoger necesidades concretas de las/os colaboradoras que forman parte de esta Red.

En el año 2019 se decidió cambiar el foco y centrar dicha formación en áreas específicas de los hospitales, como es el área de Salud Mental, donde tuviera cabida el uso de la lectura como una herramienta más en el proceso de curación del paciente. A partir de esta idea surgió la oportunidad de realizar cursos bajo el título "La lectura como herramienta terapéutica" en diferentes hospitales de la Red, como el Instituto Psiquiátrico José Germain, o Hospital Universitario Gregorio Marañón.

Con ello se pretende dar visibilidad al género literario del libro álbum, para muchas personas desconocido. Creemos profundamente en el valor de este género como potenciador del vínculo terapéutico y como vehículo para trabajar diferentes aspectos autobiográficos.

¿Por qué libro álbum?

El álbum ilustrado es uno de los mayores aliados en la promoción de la lectura en el ámbito de la salud mental. Los efectos secundarios de la medicación afectan a la memoria, la atención y la capacidad cognitiva de los/as pacientes, lo que dificulta la lectura de novelas o cuentos largos. Por el contrario, el álbum tiene su peso narrativo en la imagen y esta característica le confiere un firme carácter democrático: no importa el idioma que hables, la cultura a la que pertenezcas, tu edad o tipo de inteligencia, incluso no saber leer. La imagen nunca deja a nadie atrás.

Los libros álbum son recursos que actúan como palancas que pueden incentivar espacios de diálogo, elaboración e invención sobre esa materia intangible que nos atraviesa como personas y que afectan a la subjetividad.

En palabras de Carolina Lesa Brown, docente de este programa: “El lenguaje literario nos guía, con sus palabras de pan, hacia la belleza y, desde ahí, anima a construir nuevas narrativas con las cuales aprender a ser y a afrontar la vida. Cuentos y poemas nos ofrecen un nuevo lenguaje para nombrar los silencios más íntimos, escriben una tregua para reconciliarnos con los recuerdos y ponen en su lugar sentimientos inclasificables. El diálogo con los libros abre espacios de libertad y proporciona el oxígeno que permite descansar de la realidad y, al mismo tiempo, tomar fuerzas para habitarla.”

"Este género puede enriquecer tanto al ámbito sanitario como al literario: al sanitario, por contar con libros delicados y con gran potencialidad; y al literario, porque oirá nuevas e interesantes lecturas por las características de los profesionales y pacientes."

En base a esta idea inicial, se creó una primera aproximación de formación a la que fuimos dando forma en base a las necesidades concretas de cada hospital que participa en ella, tratando siempre de adaptarla para ser conciliada con la vida laboral y familiar de las/os profesionales de la salud. Además, tienen un coste cero para los/as participantes ya que están subvencionados por el Ministerio de Cultura y Deporte.

OBJETIVOS PRINCIPALES:

1. Formar a los/as profesionales socio-sanitarios que intervienen con personas con problemas de Salud Mental en las posibilidades de la lectura para mejorar el bienestar del paciente.
2. Colaborar en la humanización del espacio sanitario a través de propuestas y dinámicas en torno al libro desde un modelo multidisciplinar.
3. Crear un espacio de encuentro entre profesionales para fomentar el autocuidado y el apoyo mutuo, así como el trabajo en Red.

PARTICIPANTES:

Está dirigido a todos/as los/as profesionales del ámbito socio-sanitario que trabajan en el área de Salud Mental: trabajadores/as sociales, psiquiatras, psicólogos/as, educadores/as sociales, integradores/as sociales, etc.

METODOLOGÍA:

Cada curso consta de 20 horas de formación, distribuidas en cinco encuentros semanales de una hora y media vía Zoom. En dichos encuentros, llevados a cabo en formato club de lectura, participan gracias a la Asociación Álbum los/as editores/as, ilustradores/as y escritores/as de los mismos para ayudarnos a desmenuzar y a conocer todos los detalles de los libros álbum con los que trabajamos. Además, gracias al convenio con la Asociación Álbum, los/as editores/as donan ejemplares de su libro para las Maletas Viajeras de FUNDADEPS.

LAS MALETAS VIAJERAS

Para conseguir verdaderos resultados tras la formación, desde FUNDADEPS se crearon las Maletas Viajeras. Se trata de un préstamo gratuito formado por 7 maletas de diferentes temáticas (general, infanto-juvenil, nocturna, clubs de lectura adultos y niños, etc.), con una cuidadosa selección de libros álbum, que se prestan a los centros de la Red en los que se ha realizado la formación, para que puedan poner en práctica todo lo aprendido en ella sin tener que destinar presupuesto para ello. Algo que es fundamental para que todo el trabajo de la formación se materialice en su desempeño diario.

MATERIALES DE CONSULTA

Asimismo, tras cada sesión se elabora un documento informe sobre el libro tratado, así como los posibles usos en el ámbito terapéutico y diferentes recursos literarios relacionados con el mismo.

Como se utiliza para llevarlo a cabo la plataforma de formación online de FUNDADEPS, que es muy intuitiva y de fácil acceso a través de su propia web, también se fomenta la participación de las/os profesionales en los foros de dicha plataforma, proponiendo que comenten después su experiencia tras utilizar los recursos en sus centros de trabajo.

RESULTADOS

Según el análisis de los resultados obtenidos tras las ediciones del curso realizadas, tanto para profesionales que trabajan con personas adultas, como para población infanto-juvenil, son muy satisfactorios. Encuentran en la formación tanto una fuente de nuevos recursos con los que trabajar en su día a día, como un espacio de encuentro con sus compañeros/as mediante el que compartir y apoyarse, fomentando el trabajo interdisciplinar.

Actualmente se han realizado cuatro cursos de “La lectura en el ámbito terapéutico”, tres de ellos en el Instituto Psiquiátrico José Germain (dos de adultos y uno de infanto-juvenil), y uno en el Hospital Universitario Gregorio Marañón, donde nos encontramos actualmente preparando el segundo curso, centrado en la atención a niños y jóvenes.

Se ha formado a más de 60 profesionales socio-sanitarios de diferentes ámbitos relacionados con la salud mental, y están en circulación cuatro de las siete maletas en préstamo para los servicios de salud mental de los hospitales de la Red que han realizado la formación.

HACIA DÓNDE VAMOS

Nos gustaría continuar llevando el programa Entre mentes a los distintos servicios o áreas de salud mental dentro de los hospitales que forman parte de la Red, así como ampliando los préstamos de las Maletas Viajeras a las 50 bibliotecas.

ENLACES DE INTERÉS

-<https://webdelalbum.org/albumes-ilustrados-que-rompen-fronteras-en-el-ambito-de-la-salud-mental/>

-<https://www.elsaltodiario.com/salud-mental/album-ilustrado-entra-unidades-salud-mental>

CONTACTO:

Irene Ramos Núñez

Coordinadora de la Red Estatal de Bibliotecas para Pacientes

Tlf:615640781

Email: leeresalud@fundadeps.org

