

NURSING NOW AEESME

ENTREVISTA A D^a MARÍA CONSUELO CARBALLAL Balsa.



D. FRANCISCO JAIME JIMENEZ, ENFERMERO ESPECIALISTA DE SALUD MENTAL Y DOCTOR POR LA UNIVERSIDAD DE MÁLAGA, HA REALIZADO ESTA INTERESANTE ENTREVISTA A D^a MARÍA CONSUELO CARBALLAL Balsa, UNA DE LAS ENFERMERAS ESPAÑOLAS REFERENTES EN PSIQUIATRÍA. EN EL INTENTO DE ACERCARNOS AL LADO HUMANO DE LA ENTREVISTADA, DA VISIBILIDAD DEL PURO EJEMPLO DE LUCHA Y DE REIVINDICACIÓN, DE APORTACIÓN Y ESFUERZO PARA EL AVANCE DE LA SALUD MENTAL EN NUESTRO PAÍS.

FEBRERO, 2020

Para empezar esta entrevista, me veo en la necesidad y en la obligación de presentar a mi entrevistada. Siendo persona conocida y experimentada como es sabido por todos nosotros. Pero, por si alguien no la conociera, esta es: D^a María Consuelo Carballal Balsa.

La Sra. Carballal, termina sus estudios como enfermera en el año 1981 en la Escuela de Enfermería de la Universidad de A Coruña, es psicóloga desde el año 1988 por la Universidad de Santiago de Compostela. Esta gran enfermera se ha preocupado mucho por su formación es Magister en Drogodependencias, directora en psicodrama y especialista en enfermería de salud mental. En 2008 realiza el Postgrado de Especialización en Gestión Clínica y en 2009 el Máster en Protocolo y Relaciones Institucionales en la Universidad de Santiago de Compostela.

Inicia su vida laboral trabajando en distintos servicios ambulatorios y de urgencias. En el año 1987 entra en contacto en el campo de la salud mental,

en la unidad de psiquiatría del Hospital Xeral de Galicia en Santiago de Compostela, para trabajar más tarde como terapeuta de grupo en dicha unidad. Después, trabaja en el Complejo Hospitalario Arquitecto Marcide – Profesor Novoa Santos de Ferrol, siendo en este Centro donde se ha desarrollado fundamentalmente su actividad profesional.

Una vez hecha esta breve presentación. Porque, podríamos estar hablando de ella muchísimo más, pasamos a la entrevista que, es lo que, nos interesa a todos y a todas.

• ¿Dispuesta a comenzar?

Si claro, cuando quieras.

• Por favor, describa su historial profesional como enfermera.

Nazco, en Muras-Lugo en 1959, paso la infancia en un pueblo de montaña donde, los compañeros de

NURSING NOW AEESME

juego más habituales son adultos o animales, a los que en distintos momentos es necesario atenderlos por cuestiones sanitarias.... vacunas, heridas, fracturas, partos, etc... Mi abuela, mi madre... mi padre... les prestaban los cuidados necesarios y me pedían que les ayudase.

Me enseñaron a administrar cualquier medicamento por vía oral o intramuscular... a perros, caballos, vacas, cerdos, oveja... etc.... igual que a atenderlos en el parto, sin ocultarme en ningún momento ninguna situación... incluida su sacrificio o su muerte...

Todo esto hizo que mi convivencia con los animales fuese muy natural y muy libre permitiendo permanecer con ellos sin temor y sintiéndome como alguien que les podía aliviar sus dolores, o dándoles un biberón si eran crías y no podían mamar o en otros momentos podía jugar con ellos siendo una más...

Visto desde este momento, puede parecer que mis padres eran muy inconscientes, pero era una forma de crianza donde desde niña te mostraban como era la realidad, las cosas a las que ellos se enfrentaban cada día, sin miedo a que te traumatizasen.

Cuando llegué A Coruña con 6 años, me sentía como "alguien trasplantado", ya que no entendía que las otras niñas le tuviesen miedo los animales y que no supiesen nada de ellos...

Estoy MUY AGRADECIDA... a mis padres porque creo que la mujer que soy actualmente, las cosas que soy capaz de afrontar ahora.... incluso la muerte de ellos, lo puedo hacer con cierta serenidad... porque lo aprendí CON ELLOS.

Quizás, se me viene todo esto a mi cabeza ante la pregunta de mi historia profesional, porque, como dijo alguien, la infancia es nuestra verdadera patria y en mi infancia, entendí lo que era cuidar, me lo enseñaron ellos.

Con los años, en 1981 terminé los estudios de Diplomada en Enfermería en A Coruña, aunque no sin polémica, porque mi promoción se tuvo que enfrentar a la amenaza de cierre de la misma, debido al cambio de escuela de ATS, a Escuela Universitaria de Enfermería, con lo que el inicio de carrera fue con cortes de tráfico reivindicativos, entrevistas con distintas personalidades, y una conciencia de grupo que mantuvimos los tres años. Al finalizar la carrera, quise realizar la especialidad de Enfermería Psiquiátrica, pero, por diversos problemas administrativo no pude, quise marcharme a Suiza a realizar Enfermería Internacional y tampoco pude... por lo que decidí licenciarme en Psicología Clínica en Santiago de Compostela.

Realizo diversos cursos de postgrado, de salud mental, drogodependencia y de psicodrama (formación de varios años) de psicoterapia de grupos y a la vez, realizando sustituciones como enfermera en distintas áreas de trabajo, atención primaria, ginecología, medicina interna inclusive, en una clínica privada de urgencias, hasta que comienzo a trabajar en el Servicio de Psiquiatría y más concretamente, en la unidad de Hospitalización del Hospital Clínico de Santiago de Compostela, como enfermera, y más adelante como terapeuta grupal.

Colaboro en grupos terapéuticos ambulatorios de psicodrama y en los grupos de formación, así como, en los seminarios prácticos de las clases de psiquiatría y psicología médica de la Cátedra de Psiquiatría.

En estos años, también comienzo como profesora asociada de enfermería psiquiátrica en la Escuela de Enfermería de la Universidad de Santiago de Compostela.

NURSING NOW AEESME

En el tiempo que paso en la cátedra, aprendo lo que significa una ASISTENCIA TENIENDO EN CUENTA AL SER HUMANO, en una unidad de hospitalización de agudos de PUERTAS ABIERTAS con la implicación de un equipo de profesionales que apostaban por una forma de asistencia diferente, no sin que ello supusiese ciertas dificultades con personas que no creían en esta forma de asistencia, pero que siempre se encontraron, por parte de la coordinación de la misma, con la firmeza de una ideología, un compromiso con lo público, la necesidad de cambio en la asistencia psiquiátrica y su integración en un Hospital General con otras patologías orgánicas.

Es un tiempo para mí de inquietud, y de descubrimientos por lo que comienzo a asistir a congresos y me implico en la nueva junta directiva de la Asociación Española de Enfermería de Salud Mental (AEESME) que por aquel entonces se está renovando. Aquí, encuentro a las personas que durante el resto de mi vida serán mis REFERENTES a nivel de la práctica asistencial, de la docencia que imparto y de las luchas que comenzamos juntos. De su mano, impartí cursos por toda la geografía española... con el objetivo que los cuidados tienen que ser los líderes de los cambios en la asistencia de la salud mental

Al igual que, me implico en una asociación de ámbito estatal, también me implico en la asociación a que a nivel gallego se implica en los cambios a nivel de la comunidad conjuntamente con otros profesionales. Entro a formar parte de la junta directiva de la AGSM (Asociación Galega de Saude Mental) siendo la vocal por enfermería, también serán mis referentes a nivel gallego como equipo multidisciplinar.

Circunstancias de mi vida personal hace que en 1994 me traslade a vivir a Ferrol, donde mi primer trabajo es como enfermera en una unidad de medicina interna, aquí me encuentro con un grupo

de personas de gran calidad humana que me ayudaron a recordarme mi parte de enfermera asistencial e integrarme fácilmente en un área sanitaria nueva para mí.

Al cabo de tres años opto a una plaza de enfermera en el Hospital de Día de psiquiatría y junto con un equipo muy comprometido lo ponemos en marcha. En 2001 la dirección de enfermería, en la persona de Ángeles Rodeño Abelleira me ofrece formar parte de su equipo de dirección con el rol de Supervisión de docencia, fueron también años de compromiso y de lazos afectivos que todavía continúan.

Desde la UDC (Universidad de A Coruña), me ofrecen la posibilidad de sustituir al que fuera mi profesor de enfermería psiquiátrica. Considero que, es una oportunidad maravillosa, por otra parte, es como si cerrase un círculo en mi vida, y también por otra parte entro a formar parte de un grupo de profesoras que apuestan por impartir los cuidados desde una perspectiva puramente enfermera.

En el programa de doctorado de Antropología Cultural en el que me matriculo, me proponen realizar una estancia en Mozambique y estudiar las conductas de cuidado relacionada con el SIDA. El viaje a África no significo un mero viaje cultural, fue un encuentro con una realidad diferente a la mía de "mujer blanca, europea y cristiana", que hasta ese momento no me había planteado y que desde entonces aplico también en mi practica asistencia. Contacto con usuarios que se autodenominan diagnosticados y deciden realizar un programa de radio en A Coruña en Cuac Fm, de esta forma nace el programa radio Prometea, en el que participo durante tres años. Así conozco a todo un grupo de personas que tienen otra perspectiva de lo que debe de ser la asistencia y las etiquetas que desde la "psiquiatría oficial" ellos no comparten.

NURSING NOW AEESME

Conozco también en ese momento otras experiencias de radio realizada por persona con diagnóstico de enfermedad mental. Estas personas me meten el gusanillo y las posibilidades de la radio.

Participo también en la junta directiva SEPTG (Sociedad Española de Psicoterapia de grupos) en dos directivas y en la organización de sus Symposiums en distintas ciudades del territorio español, organizando uno de ellos en Allariz.

Después de presentarme y realizar los cursos necesarios accedo a una plaza como Reservista Voluntaria, del Ministerio de Defensa, participando en distintas campañas de la UME, en Madrid, León, Marín...

En Ferrol, comienzo a implicarme en el ámbito comunitario, formando parte de distintas asociaciones culturales, de teatro y de activismo social. Creamos un grupo de mujeres con las que se inicia un trabajo de concienciación feminista.

Desde la Consellería de Sanidad, con el gobierno bipartito, me ofrecen la posibilidad, de ser la Coordinadora de Enfermería del Programa de Saúde Mental de la Subdirección Xeral de Saúde Mental e Drogodependencias del Servicio Galego de Saúde. Tengo la posibilidad de realizar diversos grupos de trabajo e intentar innovar en los cuidados de salud mental a nivel de toda Galicia.

En 2104, vuelvo a integrarme en el equipo del Hospital de Día, donde continuo en el momento actual.

En 2018, siento mis deficiencias de formación en lo que se refiere al ámbito de la salud de las mujeres y decido matricularme en Madrid en un máster de malestares de género - su prevención e impacto en la salud integral de las mujeres, impartido por la escuela ESEN (Espacio de Salud Entre Nosotras). Conozco a un grupo de mujeres, profesoras y alumnas con las que aprendo a deconstruir una serie de mitos que me llevan a una posición más activa y comprometida en relación a las mujeres de mi entorno.

Formado parte del activismo social, en los dos últimos años, pongo en marcha un programa de radio de mujeres y para mujeres, desde una radio comunitaria, instalada en un centro cívico y formando parte de la actividad de un barrio, pero que emite para toda la comarca.

Quiero señalar que, las personas que encuentro a lo largo en mi vida profesional me han ayudado a ser la persona que soy en estos momentos... Me acompañaron en los momentos más importantes de mi vida... son compañeras y compañeros de profesión que son también mis amigas y amigos... y no quiero separar una cosa de la otra... no voy a dar nombres porque... sé que sabéis quienes son. Igual que las marchas prematuras y dolorosas... notamos su ausencia en el alma...

- **Podría describir su papel y responsabilidades como enfermera (de salud mental) en la actualidad. ¿Con que tipo de población trabaja, y como desarrolla su acción de cuidado?**

Actualmente, continúo desarrollando mi trabajo en el Hospital de Día del Servicio de Psiquiatría del Área Sanitaria de Ferrol, comparto mi actividad asistencial con otras 6 personas. Es un dispositivo donde la actividad principal es grupal, repartida en una jornada de 7 horas. Cada profesional diseña y se responsabiliza de sus propias intervenciones, pero siempre, formando parte de un proyecto de equipo que diseñan los planes individualizados para cada usuario.

Planifico intervenciones grupales siguiendo el esquema de los Patrones Funcionales de M. Gordon y la adaptación de la valoración para salud mental que realizó la Profa. Joana Fornes Vives.

Diseño intervenciones enfocadas al Patrón Percepción Control de la Salud, Nutricional Metabólico, eliminación, Actividad y Ejercicio, Sueño Descanso, Cognitivo -Perceptivo, Autopercepción

NURSING NOW AEESME

Autoconcepto; Rol Relaciones, Sexualidad- Reproducción, Adaptación y Tolerancia al Estrés y Valoración y Creencias.

Desde los Patrones también las enfermeras de este dispositivo realizamos actividad individual, con el objetivo de fomentar la percepción y el control de la salud en cuanto al tratamiento oral, el tratamiento depot y así como los controles de los niveles de distintos fármacos.

Las personas que acuden a este dispositivo son principalmente jóvenes de mediana edad con el diagnóstico de psicosis.

Cada día, acuden una media de 25 personas al programa completo y al mes unas 100 personas a las distintas modalidades de tratamiento que se ofrecen en este dispositivo.

- **¿Qué es lo que le movió para trabajar como enfermera (de Salud Mental)?**

Creo que, la decisión la tomé después de realizar prácticas en el dispositivo del hospital de día de psiquiatría de Labaca en A Coruña que en aquel momento gestionaba Conxo desde Santiago de Compostela.

El primer día que llegué a ese dispositivo, uno de los usuarios, Pedro, me recitó una poesía que estaba inventando esos días en función de las palabras que estaba oyendo en las actividades que estábamos haciendo.

Todas las mañanas, me recibía en la puerta del dispositivo y me decía los versos que incorporaba en cada jornada. En un momento me comenta: “creo que a ti te gustan mi poema y te importa lo que te digo...” Cuando terminé mi rotación allí, no lo había terminado...

Decidí que quería continuar el resto de mi vida escuchando poemas a medio construir o interrumpidos por una enfermedad mental...

- **¿Qué experiencias profesionales le ayudaron a determinar que esta área de enfermería era la más adecuada en su desarrollo profesional?**

Creo que, una vez que me inicié en esta área... y fui conociendo a las distintas personas que a lo largo de los años lideraron los proyectos de la reforma psiquiátrica, se implicaron en los cuidados y en sacar a las personas que llevan años encerradas en instituciones cerradas. Ellos decidieron que la comunidad tenía que integrarlos y darles la oportunidad de ser personas con capacidad de decidir por ellos por si mismos... pasando de lo puramente custodial a lo terapéutico y con incorporación activa a la vida social.

Son muchas estas personas... las personas que me ayudaron con sus libros... Joana Fornes Vives y Luis Cibanal Juan...

El grupo de Andalucía... Bernardo Vila Blasco, Antonio Porras Cabrera, José Antonio Herrero Villanueva, German Pacheco Borrella, Miguel Ángel Rubio González, tristemente fallecido, Francisco Jaime Jiménez, Emilio Andrade Conde, Miguel Sánchez Bujaldón...

En otros lugares de España como Cataluña: Marciano Tomé Alonso y David Ballester Ferrando. Valencia: M^a Isabel Leal Cercas y Rafael Sales Ortiz. En Asturias: Marisa Noriega y Eloy García, en el País Vasco: Marisa Lareina...

Los aportes grupales de José Luis Molino Contreras... las experiencias con las madres y grupos de autoayuda de Francisco Megías Lizancos...

Las experiencias de Conxo y los distintos profesionales que allí desarrollaron su tarea profesional...

Y claro que, pido disculpas porque me dejo algunas.

NURSING NOW AEESME

- **Continuando con la entrevista, quisiera saber en su opinión, ¿Cuáles son las aportaciones que ponen en valor sus cuidados frente al resto de profesiones sanitarias?**

Yo creo que, la Enfermería de Salud Mental ha aportado en los últimos años todo un contenido teórico-práctico muy importante que a lo mejor otros profesionales ya tenían hecho.

Todo el esfuerzo de la La Asociación Española de Enfermería de Salud Mental (AEESME) y de sus socias y socios que a lo largo de estos años han realizado congresos, este año se celebra el XXXVII, en diversas ciudades del territorio español, así como jornadas, talleres, han contribuido a que tengamos recursos de terminología propia, de contenidos prácticos que aportar a los equipos profesionales, formas de afrontar las diversas patologías psiquiátricas, en igualdad de condiciones que, las otras disciplinas.

Podemos aportar respuestas desde los cuidados las 24 horas del día y de hecho, somos los únicos profesionales que lo estamos haciendo en los distintos recursos: unidades de hospitalización de agudos, de rehabilitación, equipos de continuidad de cuidados, por señalar los recursos donde los profesionales prestan cuidados de 8 de la mañana de un día a las 8 del día siguiente.

Aportamos cuidados, relacionados con todas las necesidades de la persona y de una forma ACCESIBLE Y CERCANA.

Esto también, se está recogiendo en los trabajos de investigación que las distintas facultades incluida la facultad de Enfermería están dando sus frutos y que muchos de ellos pueden ser premiados por la AEESME.

- **¿Cuáles son (o han sido) algunos de los aspectos más gratificantes de trabajar como enfermera de Salud Mental?**

"...Los Cuidados tienen que ser los líderes de los cambios en la asistencia de la Salud Mental"

Bueno... Todos los días... de una forma u otra... muchas personas y sus familias, nos dan las gracias por nuestro trabajo... y para mí, eso ya es muy gratificante...

Cuando una persona la ves en una situación de crisis por el motivo que sea y después de un tiempo, de nuestras intervenciones esta persona recupera su trayectoria vital y consigue integrarse en el medio del que proviene.

- **Y, por otro lado, ¿qué desafíos específicos ha encontrado en este campo de trabajo y cómo ha manejado estas dificultades?**

No podemos negar que, nuestro trabajo está muy limitado por los aspectos socioeconómicos del entorno de las personas que abordamos con problemas de salud mental.

No estamos en una isla, en un contexto idílico. La enfermedad mental todavía está muy estigmatizada y también forma parte de nuestra responsabilidad el conseguir que la sociedad acepte a las personas que en un momento de su vida tienen dificultades.

También es nuestra tarea, el conseguir que los servicios públicos no dejen de aportar los recursos necesarios para su total integración en la sociedad.

Creo que también es necesario que nos cuestionemos lo que estamos haciendo y cómo lo estamos haciendo. No todo lo que se nos ofrece "como cierto" es lo "más ético" y lo más constructivo para las personas con una enfermedad mental.

- **¿Qué le mueve realmente a trabajar a diario, es decir, que alimenta su espíritu?**

NURSING NOW AEESME

Que las personas que en un momento de su vida necesitan de los servicios de salud mental puedan recibir un trato digno desde la sanidad pública y se tengan en cuenta sus derechos como seres humanos.

- **Para las actuales personas en formación y futuros profesionales, ¿qué consejo/s puedes darles sobre cómo prepararse de manera óptima para este campo de intervención?**

No me veo como persona que da consejos... pero si lo enfocamos como aspectos que, me fueron a mí útiles, quizás el intenten formarse en distintos ámbitos, para que su formación sea lo más completa posible, en todos los campos de las humanidades.

Y también dedicar un tiempo a la reflexión y psicoterapia personal para poder aportar la serenidad que brota del autoconocimiento.

- **Para terminar, ¿puede hablarme de sus proyectos y objetivos a futuro?**

VIVIR... VIVIR... VIVIR... y seguir compartiendo con los que sois mis amigas y amigos de la profesión de los cuidados y de los distintos ámbitos del compromiso social.

GRACIAS A TODAS Y TODOS POR ESTAR AHÍ...

Sin más, le doy las gracias por colaborar con nosotros con esta entrevista, agradeciéndole con todo nuestro cariño su amistad y su compromiso profesional.
