

ACCIÓN COMUNITARIA ENFERMERA EN LAS X JORNADAS PARTICIPATIVAS DE SALUD MENTAL EN VALLECAS

AUTORES: Rubén Chacón-Cabanillas¹, Elvira Araujo Rodríguez², Lidia García García³, María Luisa Barceló Fidalgo⁴, Almudena Gil Pérez⁵

- 1 Miembro de Abiertamente y AEESME. Psicoenfermero y Psicodramatista. Centro de Salud Mental Villa de Vallecas. Madrid  @cuidando_conaccion
- 2 Miembro de Abiertamente. Trabajadora Social. Centro de Salud Mental Villa de Vallecas. Madrid
- 3 Enfermera Residente (EIR) de Familia y Comunitaria. Unidad Docente del Sureste. Madrid
- 4 Enfermera Especialista en Familia y Comunitaria. Centro de Salud Rafael Alberti. Madrid
- 5 Miembro de Abiertamente. Integradora Social. Equipo de Apoyo Social Comunitario (EASC) Vallecas Villa. Madrid



ASOCIACIÓN
ESPAÑOLA DE ENFERMERÍA
DE SALUD MENTAL



INTRODUCCIÓN

En el marco de las X Jornadas Participativas de Salud Mental Abiertamente (1), bajo el lema “Compartimos vulnerabilidad, defendamos nuestra salud mental”, el equipo del Centro de Salud Mental Villa de Vallecas ha desarrollado diversas iniciativas comunitarias orientadas a la humanización de la atención en salud mental e integración social. Estas actividades se han llevado a cabo en colaboración con distintos recursos sanitarios, sociales, educativos y comunitarios, con el propósito de promover el bienestar emocional, la participación ciudadana y la sensibilización sobre la salud mental desde una perspectiva positiva e inclusiva (2).

METODOLOGÍA

Las X Jornadas se han desarrollado a través de una metodología participativa y comunitaria, basada en la colaboración entre profesionales de la salud mental, asociaciones de usuarios, entidades sociales y recursos educativos y sociosanitarios del entorno. Previamente y posteriormente, se participó en reuniones de una hora con miembros de Abiertamente a lo largo del año 2025: 19/03, 21/05, 11/06, 9/07, 17/09, 22/10.

Las actividades se han diseñado con un enfoque vivencial y dinámico, priorizando la interacción, la reflexión conjunta y la co-creación de conocimientos sobre salud mental. Cada intervención se ha planificado considerando tres principios fundamentales: humanización de la atención: colocar a la persona en el centro del proceso; participación activa: fomentar la implicación de los distintos actores comunitarios; enfoque positivo de la salud mental: resaltar los recursos, capacidades y activos de salud.

Se aplicó un cuestionario de evaluación compuesto por tres preguntas con respuesta tipo escala de caras (mucho/ni mucho ni poco/nada), con el objetivo de valorar la satisfacción e impacto percibido por las participantes. Durante todo el proceso se garantizaron los principios ético-legales pertinentes, asegurando la obtención de los permisos necesarios y la confidencialidad de los datos mediante el anonimato de las respuestas.

DESARROLLO

A1 Actividad comunitaria en el Centro de Salud Rafael Alberti (10 de octubre)

En colaboración con las enfermeras de familia y comunitaria, ALUSAMEN (Asociación en Lucha por la Salud Mental y los Cambios Sociales) y AEESME (Asociación Española de Enfermería de Salud Mental), se realizaron dinámicas participativas breves orientadas a favorecer la interacción entre asistentes, abrir espacios de diálogo sobre salud mental y dar a conocer las distintas propuestas del programa de la jornada (3).

A2 Actividad educativa en el Colegio Público (CEIP) Juan Gris (14 de octubre)

Se llevó a cabo por parte de Almudena Gil, Teresa Cuartero y Rubén Chacón, una intervención con alumnado de sexto de Primaria, donde, a través del juego ¿Qué es eso de la Salud Mental? (elaboración propia), se abordó el concepto de salud mental de manera cercana y adaptada. La experiencia permitió normalizar la conversación sobre bienestar emocional y fomentar la empatía y el autocuidado desde etapas tempranas.

A3 Taller “Cuidando ConAcción: Herramientas para una Salud Mental Positiva” en la Biblioteca Pública Luis Martín-Santos (17 de octubre)

Dinamizado por Rubén Chacón. Este taller permitió a los participantes comprender y experimentar el concepto de salud mental positiva, identificar activos de salud y adquirir herramientas prácticas para cuidar y potenciar su bienestar emocional (4).

CONCLUSIONES

Las intervenciones enfermeras desarrolladas han contribuido a una mayor visibilidad de la salud mental en la comunidad, fortaleciendo la colaboración entre servicios sanitarios, sociales, centros educativos, asociaciones y ciudadanía. Este enfoque participativo ha permitido acercar los recursos a la población y promover una atención más humana, accesible y centrada en la persona.

El proyecto demuestra que la humanización en salud mental se consolida a través de la participación activa, la educación emocional y el trabajo en red, favoreciendo la reducción del estigma y la creación de entornos más empáticos e inclusivos. En conjunto, estas acciones impulsan el bienestar comunitario y refuerzan la idea de una sociedad más consciente y saludable.

OBJETIVOS

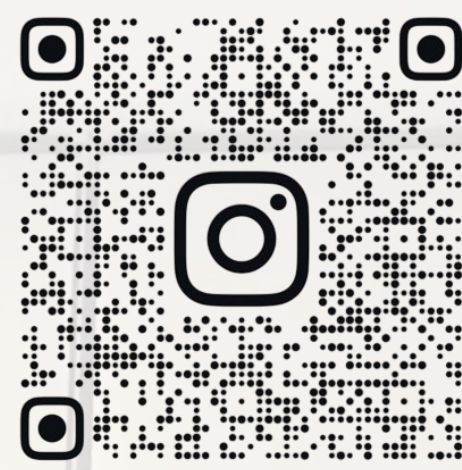
Objetivo general:

- Fomentar la humanización en la atención en salud mental mediante la implicación activa de la comunidad, la promoción de la Salud Mental Positiva y el fortalecimiento de los lazos entre los distintos agentes sociales y sanitarios del distrito de Puente y Villa de Vallecas.

Objetivos específicos:

- Promover espacios de encuentro, diálogo y participación entre profesionales, usuarios/as y comunidad.
- Desarrollar actividades educativas y experienciales que contribuyan a desestigmatizar los problemas de salud mental.
- Acercar los servicios de salud mental a la ciudadanía, favoreciendo la accesibilidad y la comprensión del trabajo que se realiza desde los centros.
- Potenciar el trabajo en red con asociaciones y entidades del ámbito sanitario, educativo y social.

CARTELERÍA
FOTOGRAFÍAS
y más info



@ABIERTAMENTEVALLECAS (5)

EVALUACIÓN A2

EVALUACIÓN A3

BIBLIOGRAFÍA

- Mendi I. Las jornadas «Abiertamente» llegan a su décima edición. Vallecas VA [Prensa]. 7 octubre 2025 [citado 7 nov 2025]. Disponible en: <https://vallecas.com/las-jornadas-abiertamente-llegan-a-su-decima-edicion/>
- Powell N, Dalton H, Lawrence-Bourne J, Perkins D. Co-creating community wellbeing initiatives: what is the evidence and how do they work?. Int J Ment Health Syst. 2024;18:28.
- García L, Barceló ML, Gascón M. De la mano de tu enfermera. Cuidar en red: las enfermeras se unen por la salud mental. Vallecas VA [Prensa]. Nov 2025 [citado 4 nov 2025]. p. 14. Disponible en: <https://vallecas.com/wp-content/uploads/2025/07/Edicion-VallecasVA-julio-25.pdf>
- El Portal del Lector. Taller Cuidando ConAcción: herramientas para una salud mental positiva [Internet]. Madrid: Biblioteca Pública Luis Martín-Santos; 17 oct 2025 [citado 7 nov 2025]. Disponible en: <https://www.comunidad.madrid/portal-lector/actividad/2025/taller-cuidandoconaccion-herramientas-salud-mental-positiva>
- Abiertamente Vallecas. Cuenta de Instagram de Abiertamente Vallecas [Internet]. [Madrid: Abiertamente Vallecas]; [citado 7 nov 2025]. Disponible en: <https://www.instagram.com/abiertamentevallecas/>



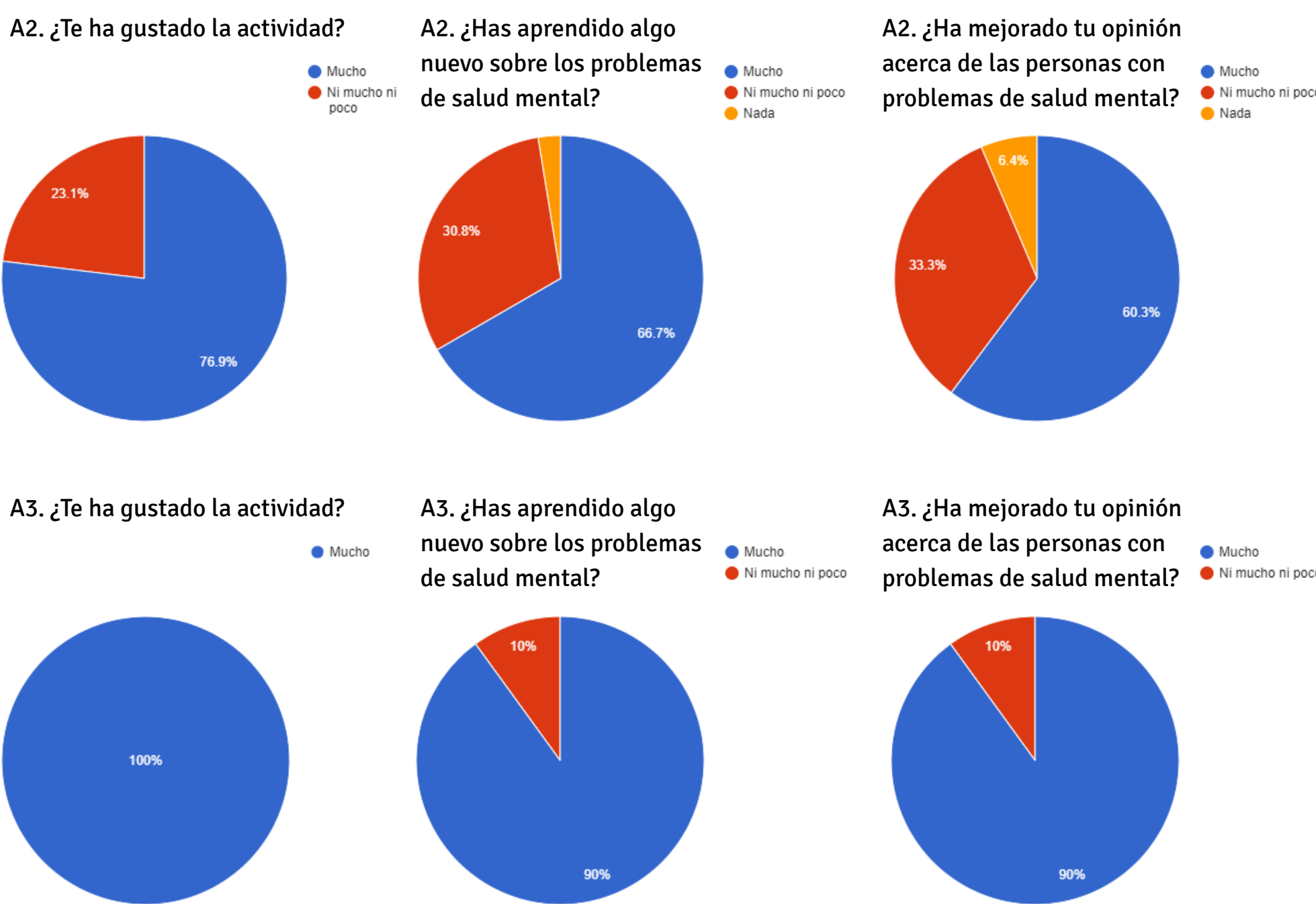
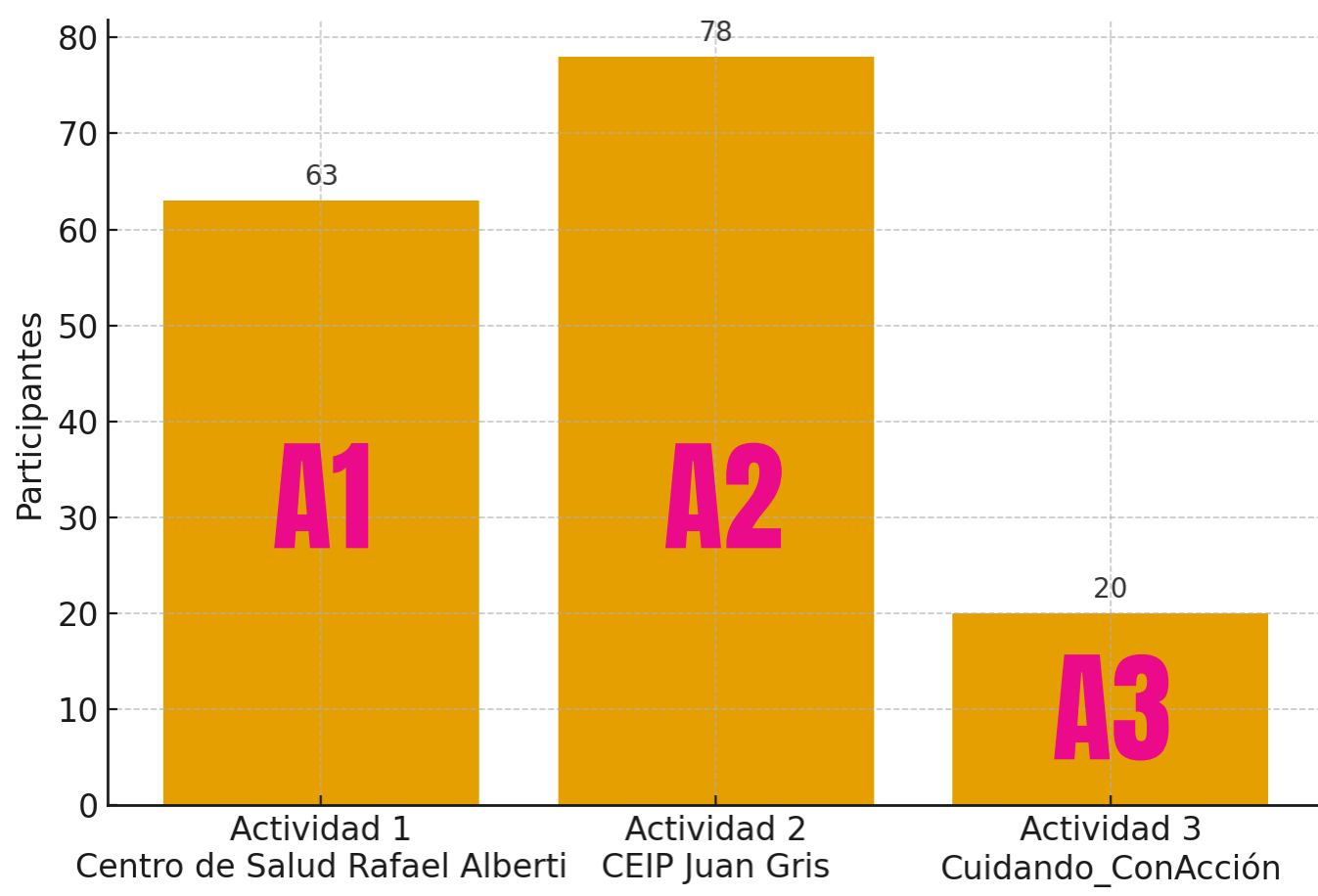
Promoción de la
Salud Mental
en Vallecas



X JORNADAS PARTICIPATIVAS de SALUD MENTAL

Actividades del 10 al 17 de Octubre de 2025

Número de participantes por actividad



Fotografías y gráficos de elaboración propia (octubre 2025)