



CONTEXTO Y REALIDAD SOCIAL

La discapacidad es una parte intrínseca de la sociedad y su diversidad. Reconocerla implica asumir, como responsabilidad colectiva, la construcción de entornos inclusivos que eliminen barreras físicas, sociales y actitudinales, promoviendo una cultura anticapacitista que valore la dignidad y los derechos de todas las personas. En este contexto, la salud mental adquiere un papel fundamental: su promoción y prevención resultan esenciales en el mundo actual, marcado por crecientes retos sociales y emocionales. Cuidar la salud mental no es solo una tarea individual, sino también comunitaria, que requiere redes de apoyo, políticas inclusivas y una mirada integral que garantice el bienestar de todas las personas, especialmente de aquellas en situación de mayor vulnerabilidad.

Entendemos la salud mental como un proceso dinámico que atraviesa todas las etapas de la vida y que está profundamente influido por las condiciones sociales, económicas y comunitarias. Por ello, trabajar por la salud mental es también trabajar contra la desigualdad, la soledad no deseada, la precariedad y la exclusión.

Este Plan nace con una vocación clara: situar a las personas en el centro. Queremos una ciudad que escuche, que acompañe y que cuide. Una ciudad donde pedir ayuda no sea un estigma, sino un acto de valentía reconocido y apoyado.

Las personas con discapacidad intelectual constituyen un colectivo diverso cuyas necesidades y capacidades requieren respuestas individualizadas y apoyos ajustados a cada situación. La evidencia disponible muestra que la discapacidad intelectual presenta una mayor prevalencia entre los hombres que entre las mujeres, especialmente durante la infancia y la adolescencia, si bien diversos estudios señalan la existencia de posibles situaciones de infradiagnóstico en mujeres debido a manifestaciones clínicas menos visibles o diferentes patrones de adaptación social.

Asimismo, la experiencia de la discapacidad intelectual no puede entenderse al margen de otros factores que condicionan la calidad de vida y el acceso efectivo a derechos. Entre ellos destaca la elevada presencia de problemas de salud mental asociados. Se estima que entre un tercio y casi la mitad de las personas con discapacidad intelectual pueden presentar algún problema de salud mental a lo largo de su vida, una prevalencia significativamente superior a la observada en la población general. La ansiedad, la depresión, los trastornos de conducta y determinados trastornos psicóticos constituyen algunas de las situaciones más frecuentes.

La coexistencia de discapacidad intelectual y problemas de salud mental exige una mirada especializada que permita diferenciar adecuadamente ambas realidades y evitar errores diagnósticos. Con demasiada frecuencia, determinados síntomas emocionales o psiquiátricos son atribuidos erróneamente a la propia discapacidad intelectual, retrasando el acceso a tratamientos y apoyos específicos. Del mismo modo, las dificultades de comunicación presentes en algunas personas pueden dificultar la identificación del sufrimiento psicológico, haciendo imprescindible una valoración interdisciplinar y una observación continuada por parte de profesionales, familias y entornos de apoyo.



MANIFIESTO DE LA COMISIÓN ESPECÍFICA DE DISCAPACIDAD INTELECTUAL Y SALUD MENTAL DEL I PLAN DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD MENTAL DEL AYUNTAMIENTO DE FUENLABRADA

Compromiso con los derechos, la inclusión y la atención centrada en la persona

La Comisión Específica de discapacidad intelectual y salud mental expresa su compromiso con la defensa de los derechos, la dignidad y la plena inclusión de las personas con discapacidad intelectual; así como con la promoción de su salud mental y de una atención integral, coordinada y centrada en la persona que responda de manera adecuada a la complejidad de sus necesidades y proyectos de vida.

Las personas con discapacidad intelectual y problemas de salud mental afrontan con frecuencia mayores dificultades para acceder a los recursos y apoyos que precisan, encontrándose en ocasiones con barreras derivadas de la fragmentación de los sistemas de atención, de la insuficiente coordinación entre servicios o de la persistencia de estereotipos y prejuicios sociales. Esta situación puede generar desigualdades en el acceso a derechos fundamentales y limitar su participación plena en la vida comunitaria.

Como administración más cercana a la ciudadanía, los ayuntamientos desempeñan un papel esencial en la construcción de entornos inclusivos, accesibles y respetuosos con la diversidad humana. Por ello, consideramos necesario impulsar respuestas que garanticen la continuidad de apoyos y la coordinación efectiva entre los ámbitos social, sanitario, educativo, laboral, residencial y comunitario. A su vez, es fundamental el contacto y el trabajo en red con las entidades y organizaciones de la sociedad civil de estos ámbitos. Así, se podrá configurar una respuesta integral que favorezca el cuidado y la plena inclusión de todas las personas.

Desde esta convicción, la Comisión Específica de discapacidad intelectual y salud mental manifiesta los siguientes principios y compromisos:

1. La persona en el centro de la intervención

Reconocemos a cada persona como titular de derechos y protagonista de su propio proyecto vital. Toda actuación deberá fundamentarse en el respeto a su dignidad, autonomía y autodeterminación, promoviendo su participación activa en la toma de decisiones que le afecten.

2. Atención integral y personalizada

Defendemos un modelo de intervención que contemple de manera conjunta las necesidades relacionadas con la salud mental, la discapacidad intelectual, la salud física, las relaciones familiares, la participación social, el empleo, la vivienda y la calidad de vida, evitando respuestas fragmentadas o parciales.

3. Coordinación entre sistemas y recursos

Consideramos imprescindible fortalecer la colaboración entre las distintas administraciones públicas, entidades, organizaciones y servicios, favoreciendo itinerarios de atención coherentes, accesibles y continuados que permitan ofrecer respuestas ágiles y ajustadas a las necesidades de cada persona.



4. Inclusión y participación comunitaria

Promovemos la presencia y participación activa de las personas con discapacidad intelectual en todos los ámbitos de la vida social, cultural, educativa, deportiva y laboral del municipio, eliminando barreras y generando oportunidades reales de inclusión y pertenencia a la comunidad. Además, nos comprometemos a impulsar redes comunitarias que reduzcan la soledad y fortalezcan los vínculos sociales.

5. Accesibilidad universal y cognitiva

Nos comprometemos a impulsar medidas que faciliten la comprensión de la información, la comunicación y el acceso a los recursos municipales, garantizando que todas las personas puedan ejercer sus derechos en condiciones de igualdad.

6. Formación y especialización profesional

Apostamos por la mejora continua de la capacitación de los equipos profesionales para favorecer una atención basada en el conocimiento, la evidencia y las buenas prácticas, especialmente en aquellos casos donde concurren problemas de salud mental y discapacidad intelectual.

7. Lucha contra el estigma y la discriminación

Reafirmamos nuestro compromiso con la sensibilización social y la promoción de una cultura de respeto, convivencia e igualdad, combatiendo cualquier forma de discriminación asociada a la discapacidad o a los problemas de salud mental.

8. Participación de las personas y sus familias

Reconocemos el valor de la experiencia de las propias personas y de sus familias como agentes fundamentales en la planificación, desarrollo y evaluación de las políticas y recursos que les afectan.

9. Reconocimiento y apoyo a las personas cuidadoras

La Comisión considera esencial visibilizar y poner en el centro los cuidados que contribuyen a sostener y promocionar la salud mental de las personas con discapacidad intelectual. Consideramos fundamental reconocer que a menudo estos cuidados son asumidos por mujeres, tanto del entorno familiar como ajenas a él, por personas migrantes y, a menudo, por personas precarizadas. Además, remarcamos en este manifiesto que las personas con discapacidad intelectual pueden ser igualmente cuidadas y cuidadoras.

Nos comprometemos a promover medidas de apoyo, orientación, formación, acompañamiento emocional y conciliación que contribuyan a mejorar el bienestar y calidad de vida de las personas cuidadoras, evitando situaciones de aislamiento, sobrecarga o desgaste derivadas de la tarea de cuidar.

10. Modelo social y corresponsabilidad

Defendemos el modelo social de la discapacidad y señalamos que la inclusión de las personas con discapacidad intelectual, y de cualquier persona, es una responsabilidad colectiva. Así mismo, suscribimos que la comprensión y aceptación de la diversidad conllevan responsabilizarse de la eliminación de todo tipo de barreras.



Declaración final

La Comisión Específica de discapacidad intelectual y salud mental hace un llamamiento a todas las instituciones, entidades sociales, profesionales y ciudadanía para avanzar conjuntamente hacia un modelo de atención que garantice la igualdad de oportunidades, la inclusión social y el pleno ejercicio de los derechos de las personas con problemas de salud mental y discapacidad intelectual.

Nuestro compromiso es trabajar desde la corresponsabilidad, la coordinación y la innovación social para que ninguna persona quede excluida de los apoyos que necesita y para que cada vecino y vecina pueda desarrollar su proyecto de vida con dignidad, seguridad, participación y bienestar dentro de su comunidad.

Porque una sociedad verdaderamente inclusiva es aquella que reconoce la diversidad, elimina barreras y garantiza que todas las personas puedan ejercer sus derechos y disfrutar de una buena salud mental a lo largo de su vida.

El Ayuntamiento reafirma su compromiso con un modelo comunitario de atención que contemple de manera inseparable los derechos de las personas con discapacidad intelectual y problemas de salud mental, el reconocimiento de los cuidados y la corresponsabilidad social e institucional.

Avanzar hacia una comunidad más inclusiva implica garantizar apoyos adecuados, detectar precozmente las situaciones de malestar psicológico, combatir el estigma asociado a la discapacidad y a la enfermedad mental y reconocer el valor de quienes sostienen diariamente los cuidados. Solo desde una actuación coordinada, accesible y centrada en las personas podremos construir un municipio que no deje a nadie atrás.

Este enfoque encaja especialmente bien con el Plan de prevención y promoción de la salud mental del Ayuntamiento de Fuenlabrada y sus principios rectores, ya que incorpora simultáneamente **derechos, salud mental, discapacidad, perspectiva interseccional y reconocimiento de los cuidados.**

Fuenlabrada quiere ser una ciudad que cuida. Una ciudad que entiende que la salud mental no es un tema individual, sino un reto colectivo que nos implica a todas y todos.

Porque cuidar la mente es cuidar la vida.



Ayuntamiento de
FUENLABRADA



I Plan de prevención y
promoción de la salud mental



ASOCIACIÓN
Fuenla INCLUYE

asociación
menteazul



atades

