

**Elías Miñana Ropero****Director del cortometraje '6s PCEM'**

# “En Extremadura he encontrado recursos adecuados en Salud Mental”

**Elías Miñana Ropero es el artífice del cortometraje '6s PCEM' patrocinado por el Servicio Extremeño de Salud dentro de la campaña divulgativa que busca desestigmatizar la Salud Mental, y que el periódico Salud Extremadura ha encartado este mes para que llegue a**

**todos los profesionales y con ello contribuir a la concienciación entre el colectivo del ámbito sanitario sobre la necesidad de normalizar la enfermedad mental como cualquier patología que tiene su tratamiento y su rehabilitación sin tópicos sociales añadidos**

**L**a presentación de Elías Miñana Ropero se antoja complicada. ¿Es una persona con una enfermedad mental que da testimonio de superación e integración gracias a diferentes recursos asistenciales y rehabilitadores? ¿Es el autor de un cortometraje con tintes biográficos que el SES edita como herramienta para contribuir a normalizar e informar sobre la enfermedad mental? La incógnita se despeja cuando se habla con el protagonista, un enamorado de lo audiovisual que encontró en el séptimo arte el lenguaje oportuno para contar su historia. Miñana Ropero prefiere mirar la realidad detrás de la cámara y editarla en secuencias filmatográficas. ¿Qué se encuentra el lector cuando visualice el cortometraje '6s PCEM'?

Una experiencia personal hecha ficción con un mensaje muy claro como es la concienciación acerca de qué es una enfermedad mental, y en concreto de un aspecto muy importante como es la toma de la medicación para tratar de forma adecuada la enfermedad mental, pero como cualquier otra patología.

Este corto se gestó en la cabeza de Miñana cuando se recuperaba en el Centro de Rehabilitación Psicosocial de Cáceres. Con medios caseros recogió su visión de una enfermedad mental que le diagnosticaron cuando tenía 26 años, una retrospectiva con la que revivió su experiencia formando parte excepcional de la terapia. ¿Qué es la esquizofrenia?

Tengo dos versiones; una, es una enfermedad que tiene ciertos síntomas que hacen que no percibas la realidad de una forma adecuada, normalizada. Ésta es una versión que yo trato de creerme y que daría cualquier profesional o técnico. Pero en mi cabeza hay otra versión: la esquizofrenia es el concepto que tiene la gente que no ve las cosas que nosotros vemos, en cierto modo somos videntes malformados, vemos cosas que los demás no perciben o quizás sí, pero que no sabemos interpretar.

Miñana mira el mundo detrás del objetivo. '6s PCEM' es una retrospectiva de lo vivido en primera persona. ¿Qué significó realizar este corto?

Una gran experiencia porque ha supuesto darme cuenta de



Elías Miñana Ropero.

que he superado muchas cosas, que he avanzado en mi enfermedad, de que no me he quedado atrás, y de que he conseguido normalizar mi vida. Conozco a mucha gente con esta enfermedad y no consigue evolucionar al mismo ritmo.

¿Y qué ha sido necesario para conseguirlo?

Cuando te diagnostican la enfermedad mental sientes desconfianza, no la aceptas, no eres consciente de tenerla, hasta que después de un par de ingresos en el psiquiátrico y cierta terapia, lo reconoces. Así que el primer paso para recuperarte es aceptar y reconocer la enfermedad mental. Necesitamos también mucho apoyo, cariño y comprensión de nuestra familia y amigos, básicamente eso. Por supuesto, y esto es fundamental, hay que seguir el tratamiento farmacológico. Y por último la voluntad, uno tiene que pedir ayuda, porque la ayuda llega. Extremadura es afortunada en recursos públicos de salud mental.

En el cortometraje abogas por la importancia de la medicación en el abordaje de la salud mental ¿es suficiente?

No, no lo es. Sin embargo es el primer paso imprescindible. Y es un handicap que la persona con enfermedad mental debe supe-

rar. Tienes que ser consciente de que tienes una enfermedad que necesita un tratamiento, como otra cualquiera. Sabemos de los efectos secundarios de su medicación y no nos gustan. Yo, por ejemplo, asumo la medicación, sé que me tengo que levantar a la seis y media de la mañana porque me seda y me cuesta mucho despertarme y que mi cabeza empiece a funcionar me cuesta una hora, sé que sin medicación arranco a la primera, pero también soy consciente de que es necesaria. Claro está que no es suficiente. Con ella me sentí estancado, estable, sin alucinaciones. Durante un tiempo, mi vida fue levantarme, tomarme un café, leer la prensa si podía concentrarme..., y poco más. Y yo quería hacer más cosas. Pedí ayuda a mi familia, y el psiquiatra nos orientó. Entonces llegué al Centro de Rehabilitación Psicosocial de Cáceres, que personalmente me ha proporcionado habilidades para enfrentarme a la enfermedad, a interpretar cuando voy a tener una crisis, por ciertas señales internas y externas..., aquí me enseñaron a relacionarme con mi enfermedad, es decir a distinguir lo real de lo irreal. Por otra parte, en el Centro de Rehabilitación Laboral me ayudaron a encontrar trabajo, así como otras habilidades como saber decir no,

algo que viene bien a todo el mundo, o a familiarizarnos con temas de actualidad. En fin, que pasé de estar un año tumbado en el sofá, a tener tres trabajos. Comencé en el centro de Cita Previa de Cáceres, y ahora colabo con sendos programas cultural y deportivo del canal autonómico de televisión. Por aquí quiero encaminar mi futuro. Quizás sean necesario un segundo cortometraje donde se plasme la fase rehabilitadora de la enfermedad mental.

¿Qué espera del Sistema Público Sanitario?

Verdaderamente lo que he tenido en Extremadura. Aquí los recursos se adecuan a nuestras necesidades. La atención que he recibido es perfecta, sigo yendo al centro base, a mis revisiones al psiquiatra periódicamente, si tengo algún problema acudo de urgencias... Mi experiencia es positiva. Lo que exige un cambio son los espacios hospitalarios destinados a psiquiatría, ya que las necesidades de un paciente con enfermedad mental no son las mismas de un encamado. Quizá sea necesario modernizar los espacios asistenciales destinados a enfermedad mental, porque aunque es cierto que el futuro pasa por la integración total del enfermo, es cierto que los ingresos serán

necesarios en tanto en cuanto lo sea la regulación de la medicación y el control de las crisis.

La sociedad, ¿aún estigmatiza a la persona con EM?

La enfermedad mental se está normalizando, aunque todavía queda mucho por hacer. Quedan coletazos en los que los medios de comunicación tienen mucho que ver cuando dan noticias en las que están implicadas personas con enfermedad mental. No profundizan, no dan datos y con ello crean tópicos. Dicen que un enfermo mental ha hecho tal y cual, pero no apostillan que no tomaba la medicación, que estaba bajo los efectos de drogas..., hechos que también comete una persona sin enfermedad mental, de hecho, las estadísticas dicen que no es mayor el porcentaje de personas con enfermedad mental que cometen delitos que el resto. Con lo que respecta a mí, nunca he sentido rechazo y si lo ha habido no me he enterado porque si no han querido saber nada de mí, pues yo tampoco de ellos; no llevo en la frente escrito 'padezco esquizofrenia', como el diabético o el hipertenso, lo que no significa que si tengo que comentarlo, no tenga problema para ello. La gente primero me conoce y cuando se entera de que padezco una enfermedad lo acepta con naturalidad.