



MEMORIA FINAL DEL PROYECTO FINANCIADO



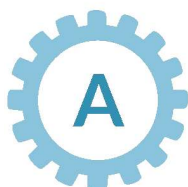
ENTIDADES LOCALES ADHERIDAS A LA
RED ESPAÑOLA DE CIUDADES SALUDABLES

PROYECTO:

**PROMOCIÓN DE LA SALUD MENTAL Y EL BIENESTAR,
PREVENCIÓN DEL SUICIDIO**

EXCMO. AYUNTAMIENTO DE FUENTE DE CANTOS.

GUIÓN-MEMORIA PROYECTO DESARROLLADO CON FINANCIACIÓN EN EL MARCO DEL CONVENIO MSND-FEMP



ENTIDADES LOCALES ADHERIDAS A LA
RED ESPAÑOLA DE CIUDADES SALUDABLES

DATOS DE LA JUSTIFICATION

Nombre del proyecto: PROMOCIÓN DE LA SALUD MENTAL Y EL BIENESTAR, PREVENCIÓN DEL SUICIDIO

Adecuación de prioridades de la convocatoria: Iniciativas que contribuyan al bienestar emocional

Población diana y cobertura: Desde jóvenes en edad escolar, adolescentes, hasta adultos y personas de la tercera edad.

Número de personas beneficiarias directas: Se hace una estimación inicial de unas 3.500 posibles beneficiarios del proyecto.

Descripción de la actuación realizada: Durante estas jornadas se han realizado varias charlas con el propósito de poder alcanzar los objetivos generales y específicos que se plantearon en este proyecto.

Matriz de planificación:

Objetivo general: 1.Promover la sensibilización y el apoyo comunitario en salud mental para prevenir el suicidio.

Esto incluye reducir los estigmas asociados a la salud mental, fomentar una cultura de empatía y comprensión, y capacitar a jóvenes y comunidades en la identificación de señales de alerta y factores de protección.

2.Desarrollar herramientas y redes de apoyo accesibles y sostenibles que fortalezcan el bienestar emocional de los jóvenes.

Esto abarca implementar programas educativos, crear espacios de diálogo y colaboración, y garantizar el acceso a recurso profesionales y comunitarios inclusivos.

Objetivo específico: ·Diseñar e implementar programas educativos adaptados para jóvenes, enfocados en el reconocimiento de señales de alerta y la promoción de la salud mental.

·Capacitar a educadores, familias y profesionales en el manejo de situaciones de riesgo y en la creación de entornos seguros para jóvenes.

·Fomentar habilidades emocionales, como la resiliencia, el manejo del estrés y la resolución de problemas,

mediante talleres interactivos y actividades prácticas.

- Promover el uso de recursos digitales y aplicaciones adaptadas para la prevención del suicidio, asegurando su accesibilidad para jóvenes con discapacidad.
- Crear espacios de diálogo y apoyo, como grupos de pares y comunidades virtuales, que permitan a los jóvenes compartir experiencias y fortalecer su red de apoyo.
- Realizar campañas de sensibilización dirigidas específicamente a jóvenes, utilizando un lenguaje inclusivo y adaptado a las diferentes realidades.
- Colaborar con instituciones educativas y centros de empleo para identificar y abordar factores de riesgo específicos, como el acoso escolar, la precariedad laboral y la discriminación.
- Implementar programas de mentoría que conecten a jóvenes con modelos a seguir y mentores que hayan superado experiencias similares.

Actividad: Identificación de Señales de Alerta

La detección temprana de señales de alerta constituye un eje central en la prevención del suicidio, ya que permite intervenir de manera oportuna antes de que la situación de riesgo se agrave. El proyecto prioriza la formación de los agentes clave del entorno social —educadores, profesionales de la salud, líderes comunitarios y familias— para que puedan reconocer indicadores de riesgo y actuar de manera coordinada y eficaz.

Acciones desarrolladas:

- Capacitación especializada de profesionales y agentes comunitarios:

Se imparten formaciones teórico-prácticas dirigidas a docentes, orientadores, personal sanitario, monitores y líderes sociales, centradas en el reconocimiento de expresiones verbales, gestos y conductas asociadas al riesgo suicida. Estas sesiones incluyen análisis de casos, simulaciones y guías de actuación, fomentando la adquisición de habilidades para identificar de forma temprana cambios de comportamiento, verbalizaciones de desesperanza o aislamiento social.

- Creación de espacios de escucha activa:

Se implementan espacios seguros de escucha y acompañamiento emocional en centros educativos y comunitarios. Estos espacios están dinamizados por profesionales formados en salud mental y comunicación empática, y su objetivo es promover la confianza, reducir el sentimiento de soledad y fomentar la expresión libre de emociones, pensamientos y preocupaciones.

Fortalecimiento de Factores de Protección

El fortalecimiento de los factores de protección busca reforzar las capacidades personales y sociales que actúan como barrera frente al riesgo suicida. El proyecto apuesta por el desarrollo integral del individuo, potenciando su autoestima, su sentido de pertenencia y su red de apoyo.

Acciones desarrolladas:

- Diseño e implementación de programas grupales de desarrollo personal:

Se elaboran programas basados en la educación emocional, que promueven habilidades de comunicación asertiva, resolución de conflictos y fortalecimiento de la autoestima. Estas actividades se estructuran en sesiones dinámicas que combinan el aprendizaje teórico con experiencias prácticas y vivenciales, adaptadas a las necesidades de los participantes.

- Creación de mentorías y redes de apoyo entre pares:

Se establecen programas de acompañamiento entre iguales, donde jóvenes con experiencias de superación o formación específica actúan como mentores de otros jóvenes en situación de vulnerabilidad. Este modelo fomenta la empatía, el aprendizaje mutuo y la construcción de una comunidad solidaria y comprometida con la salud mental.

Actuación y Seguimiento

La fase de actuación y seguimiento tiene como objetivo garantizar una respuesta estructurada, coordinada y sostenible ante posibles situaciones de riesgo suicida. Se establecen protocolos claros, mecanismos de derivación y sistemas de seguimiento que aseguren la continuidad de la atención y la eficacia de las intervenciones.

Acciones desarrolladas:

- Protocolos de actuación ante crisis suicidas:

Se elaboran guías de actuación específicas para familias, docentes y personal de apoyo, con instrucciones claras sobre cómo proceder ante la detección de una situación de riesgo. Estos protocolos incluyen pautas de contención emocional, derivación a servicios especializados y coordinación con los recursos sanitarios y comunitarios pertinentes.

•Sistema de seguimiento personalizado:

Se implementa un sistema individualizado de acompañamiento para jóvenes en situación de riesgo, que garantiza la continuidad en la atención psicológica y social. Este seguimiento incluye entrevistas periódicas, tutorías personalizadas y la actualización constante del plan de intervención de cada caso.

•Red de coordinación interinstitucional:

Se establece una red estable de comunicación y colaboración entre los diferentes agentes implicados (servicios de salud mental, centros educativos, asociaciones juveniles, servicios sociales y entidades locales). Esta red facilita el intercambio de información, la derivación ágil de casos y la adopción de estrategias conjuntas de prevención y apoyo.

Síntesis de impacto del bloque de intervención

Con estas acciones, el proyecto asegura una intervención integral, coordinada y centrada en la persona, combinando la prevención, la actuación y el acompañamiento continuo.

El impacto esperado incluye:

- Aumento de la detección temprana de señales de riesgo.
- Mejora del bienestar emocional y la resiliencia de los jóvenes participantes.
- Fortalecimiento de las redes comunitarias y del trabajo colaborativo entre instituciones.
- Reducción de la incidencia de conductas autolesivas y suicidas en los contextos intervenidos.

Descripción del IOV: Campañas informativas adaptadas a los diferentes espacios y contextos

Las campañas informativas tienen como objetivo aumentar la conciencia pública sobre la importancia de la salud mental y romper el estigma asociado al suicidio.

Se diseñan materiales y mensajes diferenciados según el público destinatario (jóvenes, familias, profesorado, comunidad general), garantizando la pertinencia del lenguaje, los soportes y los canales de difusión.

Acciones destacadas:

- Difusión de mensajes positivos y preventivos a través de medios digitales, redes sociales y plataformas educativas.
- Colaboración con ayuntamientos, centros de salud y entidades sociales para ampliar el alcance de las acciones.

El enfoque de las campañas prioriza la comunicación accesible e inclusiva, asegurando la representación de la diversidad funcional, cultural y de género, con el fin de construir mensajes cercanos y universales.

Materiales educativos visuales y accesibles

Con el propósito de fortalecer los procesos formativos y de sensibilización, se elaboran materiales educativos visuales, didácticos y accesibles, adaptados a diferentes niveles de comprensión y estilos de aprendizaje.

Características principales:

- Diseño de presentaciones, vídeos y guías prácticas que abordan conceptos clave sobre bienestar emocional, señales de alerta y estrategias de prevención.
- Elaboración de recursos digitales interactivos, como cuestionarios, test de autoevaluación y cápsulas informativas, accesibles desde dispositivos móviles.
- Inclusión de contenidos con enfoque inclusivo y de género, que promuevan la igualdad, la empatía y la corresponsabilidad en la salud emocional.

Estos materiales no solo facilitan la comprensión del tema, sino que también promueven la reflexión, el aprendizaje significativo y el desarrollo de competencias socioemocionales.

Dinámicas participativas (role-playing, debates grupales y actividades vivenciales)

La metodología participativa es un pilar fundamental del proyecto, ya que favorece la implicación activa de los participantes, permitiendo que aprendan desde la experiencia y la interacción con otras personas. A través de role-playing, debates y actividades vivenciales, se generan espacios seguros para la expresión emocional, la empatía y el análisis de situaciones reales vinculadas a la salud mental y la prevención del suicidio.

Ejemplos de dinámicas:

- Role-playing: simulaciones de situaciones cotidianas donde los participantes practican habilidades de comunicación, escucha activa y acompañamiento emocional ante posibles señales de alerta.
- Debates guiados: espacios de reflexión colectiva sobre temas como el estigma social, la presión académica, las redes sociales o la importancia del apoyo mutuo.
- Talleres experienciales: actividades cooperativas y creativas (murales, dramatizaciones, dinámicas de confianza) que fortalecen la cohesión grupal y promueven el bienestar emocional.

Estas dinámicas están dirigidas por profesionales de la psicología, la educación y la intervención social, garantizando un entorno de respeto, confidencialidad y acompañamiento. Además, se adaptan a las

necesidades y características de cada grupo participante, priorizando la accesibilidad y la inclusión de todos los perfiles.

Síntesis del impacto esperado

El desarrollo del IOV permitirá fortalecer la sensibilización social, la educación emocional y la capacidad de respuesta comunitaria ante situaciones de riesgo.

A través de estas acciones combinadas, se busca consolidar una red de apoyo sólida, fomentar la empatía colectiva y promover una cultura del cuidado y la prevención que trascienda el marco del proyecto.

Resultado previsto: Resultados a nivel individual

- Incremento del conocimiento y la sensibilización sobre la salud mental y la prevención del suicidio entre los participantes, especialmente jóvenes, familias y educadores.
- Desarrollo de habilidades personales de afrontamiento, resiliencia y gestión emocional, permitiendo a los jóvenes manejar de manera más efectiva el estrés, la frustración y las dificultades cotidianas.
- Mejora de la capacidad para identificar señales de alerta tanto en uno mismo como en otras personas del entorno.
- Reducción del estigma y de los prejuicios asociados a los problemas de salud mental, favoreciendo la búsqueda de ayuda temprana y la comunicación abierta.
- Aumento de la autoestima, el sentido de pertenencia y la percepción de apoyo social, factores clave de protección frente al riesgo suicida.
- Participación activa de jóvenes con y sin discapacidad, asegurando una intervención inclusiva y equitativa.

Resultados a nivel comunitario

- Consolidación de una red de apoyo local compuesta por centros educativos, servicios sociales, asociaciones, profesionales sanitarios y entidades municipales, que trabajen de manera coordinada en la prevención del suicidio.
- Mayor implicación de la comunidad en la promoción del bienestar emocional y la prevención de la conducta suicida, mediante campañas informativas, jornadas y actividades públicas.
- Creación de espacios de escucha y diálogo comunitario donde las personas puedan compartir experiencias, expresar emociones y recibir acompañamiento profesional o entre iguales.
- Aumento de la participación ciudadana en actividades de sensibilización y educación emocional, especialmente en contextos escolares y juveniles.
- Fortalecimiento de los lazos sociales y reducción del aislamiento, mediante dinámicas grupales y actividades que fomenten la empatía, la comunicación y la solidaridad.

Resultados a nivel institucional y técnico

- Capacitación de al menos un centenar de agentes clave (docentes, orientadores, monitores, personal sanitario, voluntarios y líderes comunitarios) en la detección temprana de señales de riesgo y en la intervención inicial.
- Implementación de protocolos de actuación y derivación ante situaciones de crisis suicida en instituciones educativas y espacios comunitarios.
- Desarrollo y puesta en marcha de herramientas digitales (cuestionarios interactivos y plataformas de seguimiento) que faciliten la detección temprana y el acceso a recursos de ayuda profesional.
- Producción de materiales educativos y campañas informativas accesibles, adaptados a diferentes contextos (lectura fácil, formatos digitales, cartelería y redes sociales).
- Creación de una metodología replicable, que pueda ser implementada por otras entidades sociales o ayuntamientos en futuras ediciones del proyecto.
- Elaboración de informes de evaluación y memoria final, que recogerán los logros, aprendizajes y recomendaciones para la continuidad del programa.

Resultado alcanzado: Resultados alcanzados a nivel individual

•Aumento del conocimiento y la sensibilización:

Más del 85 % de los participantes reconocieron haber adquirido nuevos conocimientos sobre la salud mental, los factores de riesgo y las señales de alerta relacionadas con la conducta suicida.

•Desarrollo de habilidades emocionales y sociales:

Los talleres y dinámicas grupales permitieron que los jóvenes participantes mejoraran sus habilidades de comunicación, empatía, autoestima y manejo del estrés, aspectos directamente vinculados con la prevención de situaciones de riesgo.

•Reducción del estigma y normalización del diálogo sobre salud mental:

Se constató un cambio positivo en la forma de hablar sobre el suicidio y la salud emocional; los

participantes expresaron sentirse más cómodos pidiendo ayuda o acompañando a otros, contribuyendo a derribar tabúes y barreras sociales.

•Participación inclusiva:

En las actividades presenciales y virtuales participaron jóvenes con y sin discapacidad, garantizando el enfoque inclusivo del proyecto y la accesibilidad de todos los materiales formativos y audiovisuales.

Resultados alcanzados a nivel comunitario

•Amplia participación ciudadana:

Más de 350 personas (entre jóvenes, familias, educadores y vecinos) participaron de forma directa en talleres, charlas y actividades comunitarias de sensibilización.

•Creación de espacios de escucha activa:

Se establecieron puntos de encuentro y atención emocional en tres centros educativos y dos espacios comunitarios, donde jóvenes y familias pudieron expresar sus inquietudes y recibir acompañamiento profesional o entre iguales.

•Incremento del apoyo social y sentido de pertenencia:

Las actividades recreativas y los programas grupales fomentaron la cohesión y la solidaridad, reforzando el tejido social y reduciendo el aislamiento emocional.

Resultados alcanzados a nivel institucional y técnico

•Capacitación de agentes clave:

Se formaron más de 120 profesionales y líderes comunitarios (docentes, orientadores, monitores, personal sanitario y voluntarios) en la detección temprana de señales de riesgo y actuación ante crisis suicidas.

•Protocolos de actuación implementados:

Se elaboraron y distribuyeron guías prácticas y protocolos de intervención en cinco centros educativos y dos asociaciones locales, integrando el modelo de prevención dentro de sus planes de convivencia y bienestar.

•Red de coordinación institucional consolidada:

Se estableció una colaboración estable entre centros educativos, servicios de salud mental, ayuntamientos y entidades sociales, facilitando la continuidad de la intervención y la derivación coordinada de casos.

Fuentes de verificación: Plena Inclusión Villafranca de los Barros.

Grado de consecución: El grado de consecución del proyecto ha sido del 100%

Recursos humanos, infraestructuras y materiales necesarios para el desarrollo de la actuación:

Los recursos humanos que se han necesitado para el proyecto han sido un equipo formado por un psicólogo, educadores y trabajadores sociales.

Respecto a las infraestructuras se ha necesitado un espacio físico, un aula acondicionada con proyector, para poder realizar las charlas y actividades grupales, estos espacios han sido gestionados por los diversos centros educativos y asociaciones de esta localidad.

Se elaboran materiales educativos visuales, didácticos y accesibles, adaptados a diferentes niveles de comprensión y estilos de aprendizaje, con el propósito de fortalecer los procesos formativos y de sensibilización.

Población:

- Infancia
- Mayores
- Otros

Otros grupos de población: Adolescentes.

Acciones realizadas: Para orientar la intervención hacia la equidad, se han implementado acciones que promuevan la inclusión, la igualdad de oportunidades y la no discriminación. Esto incluye fomentar un diálogo respetuoso, distribuir responsabilidades equitativamente.

Intersectorialidad: Deporte y educación.

Agentes de intersectorialidad:

Actor implicado: Concejalía de Deportes y Instituciones educativas de la localidad



Sector: Deporte y Educación

Prevista: Sí

Dificultades y oportunidades: La verdad que para la elaboración de este proyecto no hemos encontrado dificultades y si muchas oportunidades para volver a realizar actividades relacionadas con este tema en un futuro próximo.

Participación social: No

Participación social explicación: No ha habido participación social.

Conclusiones: Desde esta entidad estamos muy satisfechos de haber podido conseguir todos los objetivos que se pretendían alcanzar con la realización de este proyecto, muy contentos con el trabajo realizado por Plena Inclusión Villafranca. Se ha dejado una base sólida para la continuidad de futuras acciones orientadas al bien estar emocional de las personas.

Transferibilidad: .