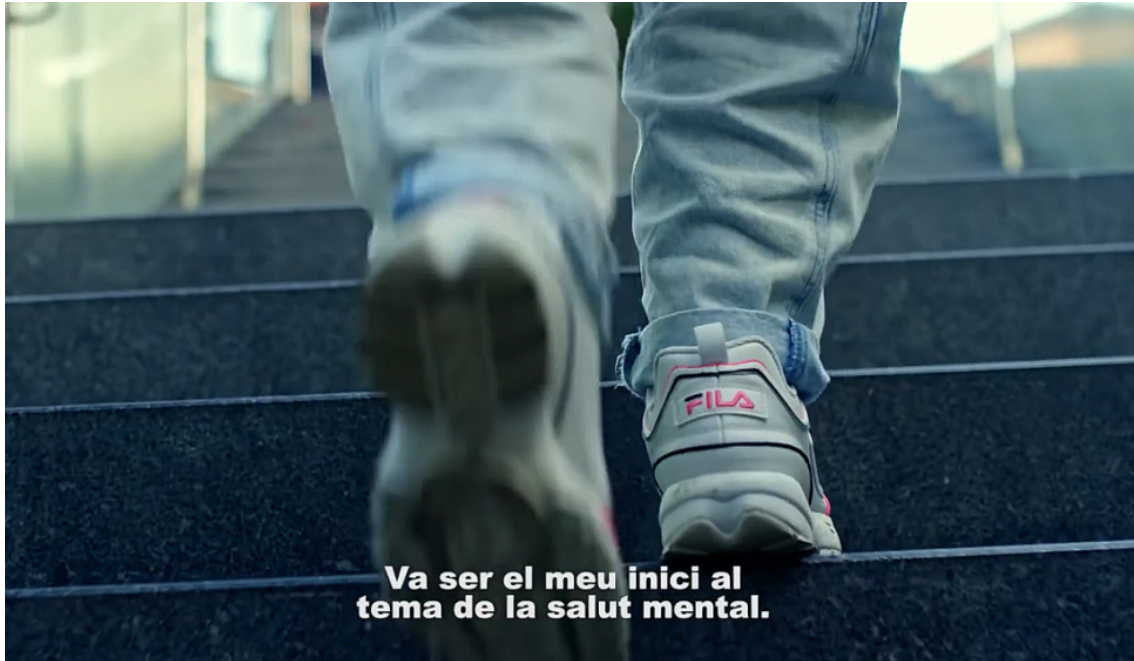


## Quatre joves parlen de la seva salut mental per trencar estigmes

Ds, 27/02/2021 per Catalunya Religió



([Solidaritat SJD](#)) Sant Joan de Déu estrena la segona temporada de la sèrie documental #JoHoCanvioTot a través de quatre històries en primera persona sobre el bullying, la depressió, els Trastorns de Conducta Alimentària, l'addicció als

Dimarts, 23 de febrer, es va presentar i visualitzar, per primera vegada, els quatre vídeos en una trobada digital a la plataforma SOM Salut Mental 360 que va reunir els seus protagonistes, familiars, persones del seu entorn i professionals. Amb aquesta sèrie, que es consolida amb la seva segona temporada, Sant Joan de Déu dona veu a una nova generació que trenca estereotips per avançar en la construcció d'un món més empàtic i solidari.

L'adolescència és l'edat en què broten moltes de les malalties mentals. La quantitat de menors de divuit anys diagnosticats d'algun trastorn mental s'està triplicant en els últims anys en algunes zones del país. Així ho explicava l'informe sobre l'estat dels Drets Humans de les persones amb trastorn mental a Espanya l'any 2017. I així s'ha pogut evidenciar també als diferents Centres de Salut Mental de l'Orde Hospitalari de Sant Joan de Déu: hi ha hagut un increment significatiu de persones joves amb problemes mentals a causa d'elements com la discriminació, l'assetjament escolar i diferents addiccions, entre les quals es troben, entre altres, el joc en línia, els videojocs, internet i les xarxes socials.

En l'àmbit de la salut mental, l'existència de creences errònies especialment entre els joves, avala una necessària intervenció dirigida a modificar creences i sobretot actituds que resulta encara més efectiva entre la població jove, quan encara està adquirint i assentant categories i coneixements socials.

Per això, la campanya té l'objectiu de trencar l'estigma social sobre aquestes realitats, alhora que fer prevenció entre els joves i adolescents de les conductes que porten a desenvolupar un problema de salut mental. Així doncs, es vol

despertar l'interès i fomentar la reflexió crítica en relació a la salut mental, de manera que també s'interpel·li, sense culpabilitzar, sobre com ens situem davant la malaltia mental i quin és el nostre rol. Tot trencant prejudicis, es vol fomentar la inclusió social i promoure la cultura de la implicació i la solidaritat entre els més joves.

### **No són superherois**

La **Cristina**, en **Sergi**, la **Yaiza** i en **Guillem** són els protagonistes d'aquests quatre vídeos. Les seves històries són de superació i canvi, però no de superherois. Són persones normals, que amb les seves diferències s'assimilen a tothom: la diferència és la normalitat, i la vulnerabilitat ens fa humans.

La Cristina té 18 anys i ens parla de bullying, d'exclusió, de soledat, però també del seu llarg camí fins a trobar un entorn d'ajuda professional i personal que la convida a veure que mereix ser respectada i estimada. El Guillem té 18 anys i va patir una addicció als videojocs, i a les tecnologies fruit d'un procés d'aïllament social i falta d'autocontrol que el va portar a tancar-se a casa. El Sergi té 22 anys i va patir un primer brot psicòtic amb 18, com a conseqüència del consum de cànnabis. Creu que les persones joves no tenen prou informació de les addiccions i els riscos que poden comportar. La Yaiza té 19 anys i en fa 4 que va ingressar per primera vegada per un Trastorn de Conducta Alimentària. Avui en dia té clar que l'anorèxia és un problema que va més enllà del menjar i de l'aspecte físic i que el desconeixement social que se'n té no ajuda gens a les persones que la pateixen.

### **Sobre joves per a joves**

Aquesta sèrie documental té l'objectiu d'arribar a les persones joves. Per això, els quatre vídeos són protagonitzats per joves i són dinàmics i breus, i estan adaptats per visionar en dispositius mòbils i ser compartits per xarxes socials, generant impacte i difusió. Sant Joan de Déu manté així la seva essència: acompanyar de manera propera a tots els projectes socials en els que treballa i sensibilitzar l'entorn i les persones que s'hi podrien veure implicades per trencar estigmes.

A més a més, Sant Joan de Déu vol donar veu als joves des d'un punt de vista jove: aquesta ja és la segona temporada de #JoHoCanvioTot i l'objectiu és seguir apostant per oferir una mirada diferent cada any. Per això, cada temporada vol donar l'oportunitat a un/a realitzador/a audiovisual jove diferent perquè pugui, escoltant l'experiència dels joves, oferir el seu punt de vista amb vídeos d'autor que sumen aprenentatge a l'experiència #JoHoCanvioTot. Aquest any, els vídeos han estat realitzats per **Cayetano González** i **Lud Mônaco**.

Cayetano González és graduat en Belles Arts amb el Màster de Direcció de Fotografia a l'ESCAC. Aquesta oportunitat li ha servit per explorar noves històries i maneres d'explicar-les: "A vegades pensem que estem ajudant algú, però en realitat ens estem ajudant a nosaltres mateixos. Aquest projecte ha estat revelador per a mi, m'ha fet comprendre la responsabilitat que tenim com a individus a la societat. No som éssers aïllats i independents, sinó que ens necessitem els uns als altres". Lud Mônaco ha estudiat publicitat a São Paulo i els seus curtsmetratges han estat realitzats a diversos països, com Anglaterra, Espanya, Turquia, Canadà i França, alhora que han estat exhibits i premiats en diverses ocasions i festivals. "Amb els vídeos hem volgut explicar la duresa dels relats amb la poètica que els envolta i la calidesa de l'entorn dels protagonistes més proper, familiar, d'amistat i

fins i tot dels animals de companyia”.

### **#JoHoCanvioTot, un projecte de Batecs SJD**

La primera temporada de la sèrie documental #JoHoCanvioTot es va publicar l'abril de 2019, i consistia en 7 capítols que abordaven les temàtiques de migracions, malalties de transmissió sexual, salut mental (asperger), sensellarisme, malaltia crònica (diabetis), i malalties degeneratives. Els vídeos acumulen més d'un milió i mig de visionats, arribant a molts joves.

El projecte #JoHoCanvioTot inclou aquesta [sèrie documental #JoHoCanvioTot](#), el compte d'Instagram [@yocambiotodo](#) i les [beques #JoHoCanvioTot](#), i vol ser el canal de difusió per a joves de [Batecs SJD](#), el portal de Sant Joan de Déu que recull entrevistes a testimonis que expliquen les seves experiències.

L'Obra Social Sant Joan de Déu treballa per la millora social i posa la solidaritat al centre de la vida de les persones a través dels projectes solidaris dels centres de Sant Joan de Déu. A més a més, part del seu compromís és sensibilitzar la societat de realitats sovint poc visibles i donar suport a les diferents situacions de vulnerabilitat que ens envolten.