



## Nuevos apoyos: Vivir en el mundo

Si tienes un rato cualquier mañana de un día laborable, observa el ir y venir de las personas por una calle muy transitada. Cada viandante parece ir a lo suyo. Algunos, los menos, caminan de forma lenta y pausada. Tal vez paseen. Muchos, en cambio, caminan apresurados, casi tropezando con los otros. Probablemente tienen prisa porque llegan tarde a trabajar. Algunos conversan dando voces a través de su móvil. Otros aguardan impacientes durante el semáforo en rojo y, súbitamente, inician su marcha a toda velocidad cuando la luz se pone en verde. Una señora carga con las bolsas de la compra. Un joven escucha música con sus cascos mientras camina hacia el colegio. Tiene el gesto serio y concentrado; quizás tenga hoy algún exámen. Al otro lado de la calle, un taxista, muy enfadado, protesta al policía que lo acaba de multar... Cada una de esas escenas parece trivial, y sin embargo, suponen el pulso cotidiano de la vida en cualquier ciudad del mundo. Para cada uno de esos ciudadanos, esos momentos aparentemente insignificantes suponen algo esencial para ellos: vivir en la comunidad, en la ciudad, en el mundo. Si lo pensamos bien, cada uno de esos ciudadanos que abarrotan la calle cualquier mañana tienen su función, sus ocupaciones, se dirigen hacia algún sitio.

Ya hemos visto que Luis ha aprendido a conocer y vivir con su enfermedad; toma regularmente su medicación y se ha beneficiado de las intervenciones de rehabilitación psicosocial. Ahora deberá dar un paso más: vivir en el mundo, en la sociedad, como un ciudadano más. Y eso significa que tendrá que incorporarse y protagonizar escenas muy parecidas a la que acabamos de describir. Luis necesita vivir, y vivir junto a los demás, y dirigirse hacia algún sitio. Y eso no quiere decir solamente que tendrá que acudir a una cita con unos amigos, a comprar un lechuga en una tienda de ultramarinos, a aprender un oficio en un recurso formativo o a cumplir con la jornada laboral en su lugar de trabajo, sino también que tendrá que dirigir su vida hacia algún lado, tener planes y proyectos, sueños y expectativas. Como hacemos todos.

Y para ello, nada mejor que aspirar a aumentar su grado de autonomía e independencia personal. Luis necesita desarrollar una vida activa, volver a sentirse útil. Eso será también un factor de protección respecto de su problema de salud mental. Por el contrario, el aislamiento y la inactividad supondrán mayores problemas en el futuro. Luis necesita vivir como los demás y con los demás. Y puede hacerlo, es su derecho.

Lamentablemente, la mayoría de las personas con trastornos mentales graves están desempleadas o excluidas del mundo laboral. El fuerte impacto de la enfermedad hace que estas personas, en general, tengan dificultades para acceder a un puesto de trabajo. Ello se debe, sobre todo, a las características del mercado laboral, pero también a la idea extendida de que una persona con problemas de salud mental no puede trabajar. Esto puede ser cierto en algunos casos, pero actualmente existen un número cada vez mayor de personas afectadas que desean mayores oportunidades de formación y de acceso a un empleo valioso. Para estas personas, existen apoyos profesionales que propician su integración social y laboral.

© José Colis, Virginia Galilea