

RED ESTATAL DE APOYO EN SALUD MENTAL

Manifiesto 10 octubre

En 1ª persona

Hashtag: #NadaQueCelebrar #RompeMosElSilencio #0contenciones
#NoMeAtes

LEMA: "Frente al sistema psiquiatrizante, dignidad y derechos humanos ya"

El 10 de Octubre los colectivos formados por personas psiquiatrizadas salimos a las calles para luchar por nuestros derechos vulnerados sistemáticamente por el sistema psiquiátrico.

Estos son ejemplos de las **violencias** que sufrimos.

Hablamos las personas psiquiatrizadas:

"El psiquiatra no me informó que mi medicación podría provocar problemas en mi embarazo."

"En mi trabajo no saben que tuve un ingreso psiquiátrico y tengo miedo de que me despidan por esto"

" Mi ingreso psiquiátrico me provocó lesiones físicas y psicológicas por uso de contención mecánica (me ataron a la cama)".

"Trabajo en precario, llevo 20 años psiquiatrizada y nadie me dijo que tengo derecho a solicitar el reconocimiento de mi diversidad funcional."

"Cada vez que conozco a una persona, tengo miedo a ser rechazada por mi diversidad psicosocial".

"Vivo en un hospital psiquiátrico desde hace 10 años debido a mi situación de precariedad económica y social."

Por todo esto, y mucho más...es necesario transformar las formas actuales de comprender el sufrimiento psíquico y en consecuencia transformar la respuesta problemática que dan, que es individual, médica, biologicista, (psico)terapéutica, vertical, y entonces **patriarcal y**

paternalista, VIOLENTA; tanto dentro de las instituciones específicas (servicios de salud mental, servicios sociosanitarios, atención primaria, servicios sociales, policía) como dentro de las no específicas (familia, amistades, pareja, contextos educativos formales, trabajo, colectivos, vecindario, o cualquier otra persona).

Los psiquiátricos y las empresas del sector reciben millones de euros, pero para alternativas no hay ni un duro.

¿ Qué queremos las personas psiquiatrizadas? ¿Que alternativas planteamos?:

- 1. Libertad!** Supresión de los ingresos involuntarios. Exigimos abolir el sistema manicomial para crear espacios autogestionados a través del apoyo mutuo en primera persona
Dejad de crear proyectos de macrocentros penitenciarios como el de Siete Aguas.
La recuperación en salud mental pasa por la **VIDA EN COMUNIDAD!!**

Exigimos además un **lugar seguro** donde se nos acompañe en las crisis.
- 2.** Supresión total de cualquier tipo de coerción mecánica y/o farmacológica, así como acompañamiento en discontinuación fármacos
- 3.** Dada nuestra situación precaria de **vivienda y empleo**, demandamos recursos habitacionales adaptados a nuestras necesidades, no institucionalizados y el fin de los desahucios.
- 4.** Exigimos que se cumpla de manera urgente el **derecho a recibir información** comprensible y suficiente sobre los tratamientos y alternativas a estos, los efectos adversos de la medicación o de otras intervenciones, y los recursos de apoyo comunitario.
- 5.** Las barreras que impone el sistema laboral impiden que accedamos al trabajo. Ante esto demandamos que se cumplan las medidas de protección de empleo y alternativas de **pensiones dignas** y **renta básica universal** con una cuantía mínima al salario mínimo inprofesional
- 6.** ¡Dejad de **paternalizarnos!** Exigimos que se respete y apoye las decisiones de cada persona sobre su proyecto de vida

7. Queremos visibilizar la **vulneración de nuestros derechos reproductivos y sexuales** (aborto coercitivo, esterilizaciones, contracepción forzosa, abusos sexuales, violaciones).
8. Exigimos la erradicación de los procesos de intervención psiquiátrica a los que son sometidas las personas trans y que los trastornos de identidad de género sean retirados de los catálogos internacionales de enfermedades.
9. Exigimos que se tengan en cuenta las múltiples **discriminaciones** interseccionales (capacitismo, machismo, homofobia, transfobia, racismo, etc.) y establecer medidas para abordarlas, prevenirlas y repararlas.
10. Denunciamos la necesidad de que se nos faciliten **cauces de escucha y denuncia** ante la vulneración de nuestros derechos.
11. Participación plena y efectiva del colectivo en primera persona en la elaboración de la **legislación** que nos interpele y en su aplicación.
12. Que se respete la Convención de los Derechos de las Personas con Discapacidad de las Naciones Unidas y sus recomendaciones sobre las prácticas coercitivas que siguen siendo habituales.

Queremos hacernos visibles, que se nos escuche y participar en el **cambio cultural necesario urgente sobre poner en el centro la vida, los cuidados, el apoyo mutuo, la escucha, la pluralidad, los derechos humanos y la horizontalidad.**

NADA PARA NOSOTRES SIN NOSOTRES!!