

# EL VIAJE DE LAS PERSONAS COINVESTIGADORAS EN COACTUAMOS POR LA SALUD MENTAL



CIENCIA CIUDADANA SOCIAL

.....Historia de.....  
**ASSUMPTA**



**AISLAMIENTO**

es **IMPORTANTE** tener un **RESPIRO**

e-mail  
**INVITACIÓN a PARTICIPAR**

fue un **REGALO**

el **APOYO SOCIAL** estan **VALIOSO** como el **PROFESIONAL**

**MICRO HISTORIAS**

**TERAPÉUTICO**  
**LIBERADOR**

MUCHAS **EXPERIENCIAS SUPERPUSTAS**

Profesionales de la salud mental  
Universidades

REUNIONES del **ENTORNO de CONOCIMIENTO**

Administraciones Públicas  
Organizaciones del Tercer Sector

**OBJETIVOS FIJADOS**

**DEFINICIÓN DE REDES DE APOYO SOCIAL**



**SEPTIEMBRE 2020**

**JULIO 2020**

Tres reuniones del Entorno de Conocimiento

**2020**

**ABRIL 2020**

**HACKATÓN DIGITAL**

Prototipando el proceso de cocreación online, en tiempos de Covid  
**CoActFrenaLaCurva**



# Historia de ALBA

email se buscan COINVESTIGADORAS

Voy a PROBAR ESO

Ha vivido con su MADRE durante los últimos 15 años

16 Ingresos HOSPITALARIOS antes de vivir con su madre

la madre es TUTORA LEGAL

PRIMERAS RESPUESTAS

MICRO HISTORIAS

HUBO UN GRAN CAMBIO

RESPUESTAS al FINAL del PROYECTO

MUCHO MÁS POSITIVO

El proceso de escritura se hizo más fácil con unas PAUTAS CLARAS

algunas historias te DETIENEN en tu CAMINO!

eso también me pasó a mí

MUCHO APOYO del grupo

CONVOCATORIA ABIERTA

SE NECESITAN PERSONAS COINVESTIGADORAS

32 PERSONAS

OCTUBRE 26

NOVIEMBRE 2020

DICIEMBRE 2020

Primeras Sesiones de Cocreación

Sesiones de presentación a Personas Coinvestigadoras

# Historia de VICENC

HERMANO MAYOR en CUIDADOS de LARGO PLAZO durante los últimos 30 AÑOS



trabaja en ASISTENCIA SOCIAL SECRETARIO de SALUT MENTAL CATALUNYA

esto es PARA MÍ!! estoy IMPLICADO! ME AFECTA!!



eso fue un CAMBIO COMPLETO



Sesión plenaria de Personas Coinvestigadoras para presentar los resultados del ejercicio de escritura de Microhistorias

COMPARTIR AUTO REFLEXIÓN IMPACTO



Trabajo intenso de cocreación con Personas Coinvestigadoras para escribir microhistorias para el chatbot

2021

El Diario de Investigación impreso se envía a las Personas Coinvestigadoras

**HISTORIA de AMANDA**

muchos MOMENTOS BOMBILLA en qué RED será más EFECTIVA?

la IMPORTANCIA de DIBUJAR me AYUDA a REFLEXIONAR

cuál es mi MENSAJE?

me siento valorada

la experiencia fue **TRANSFORMADORA!**

Estamos creando una ola **IMPULSO** el CAMBIO SOCIAL necesita TIEMPO y PERSPECTIVA tenemos que mantenerlo en marcha

NEWSLETTER SALUT MENTAL CATALUNYA CONVOCATORIA ABIERTA PARA PERSONAS COINVESTIGADORAS

MICRO HISTORIAS SÍNTESIS en 300 CARACTERES

GRUPO de AYUDA MUTUA Hijas de Pacientes

MADRE BIPOLAR

1ª Persona ANSIEDAD

Las Personas Coinvestigadoras presentan el chatbot al Entorno de Conocimiento



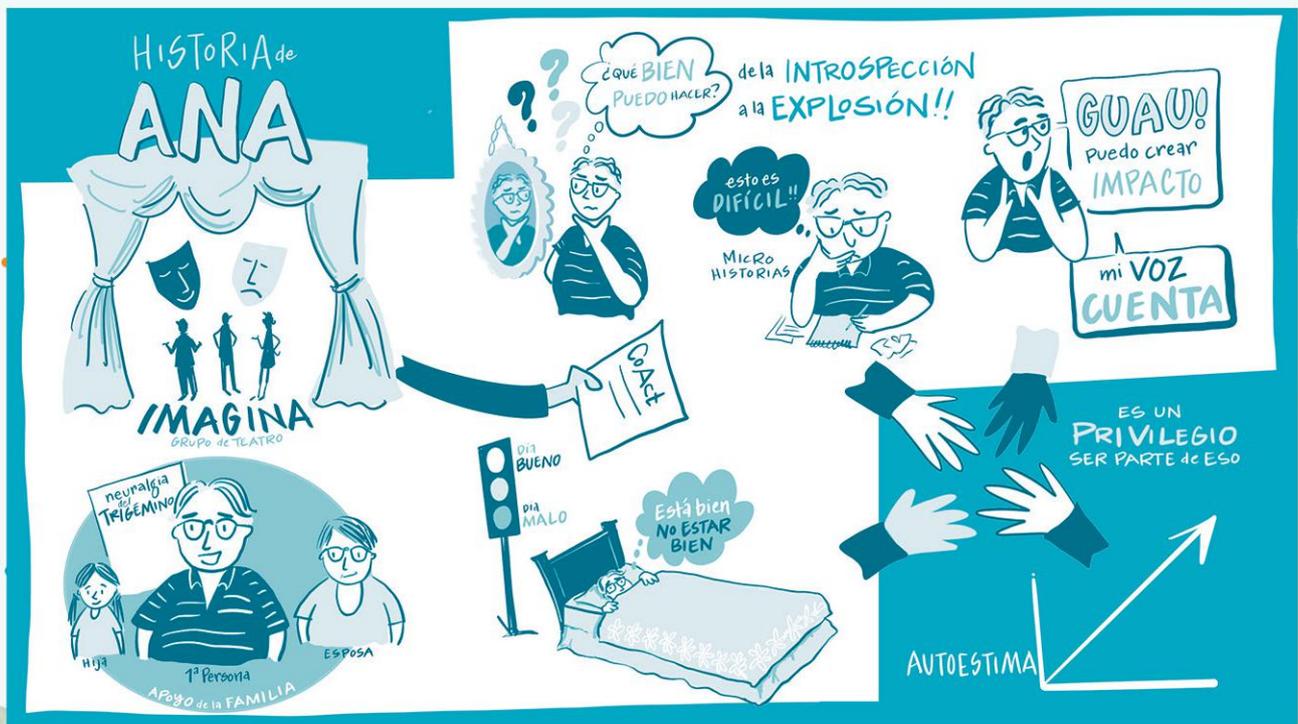
Lanzamiento oficial del chatbot de CoActuamos por la Salud Mental! Empieza la campaña de promoción y prensa



Alba y Amanda participan en la Conferencia de Ciencia Ciudadana de Chile



Amanda presenta en el Primer Encuentro de Ciencia Ciudadana, Ciencias Sociales y Humanidades



300

participantes  
ya en el chatbot!!



500  
participantes



Vicenç presenta  
en m4social del  
Mobile World  
Congress



Ana entrevistada por un  
canal de televisión local



Lanzamiento de los  
vídeos de testimonios

**Historia de QUIONA**

IMAGINA GRUPO de TEATRO

EL CUADERNO de INVESTIGACIÓN DA ESTRUCTURA

SESIONES de GRUPO

ÉRAMOS como POLLITOS siendo LIBERADOS

Los MICRO HISTORIAS

SE pueden usar en OTROS LUGARES como GRUPOS de AYUDA MUTUA

COGER AIRE!

No estoy SOLA

esto AYUDARA a otras personas

Me ha AYUDADO ser MÁS AMABLE CONMIGO MISMA

CON CAMBIOS de COMPORTAMIENTO POSITIVOS

1ª Persona

Hija

Esposa

Redes

Datos Resultados

Acciones

3 sesiones de Interpretación Colectiva de Datos

EXPERIMENTA el PROCESO de CODISEÑO ¿QUÉ SIGNIFICA SER UNA PERSONA COINVESTIGADORA?

Amanda realiza un taller en la Conferencia Living Knowledge

Quiona, Assumpta y otras Personas Coinvestigadoras explican el proyecto en una conferencia pública en el Canòdrom

SEPTIEMBRE 14

MAYO 6

JULIO 7

MAYO 31

“Un plano mucho más horizontal, no unos estudian y otros somos los estudiados sino que entre todos hacemos un poco todo.”  
A.M., Persona Coinvestigadora CoActuamos por la Salud Mental

Este documento es un testimonio gráfico de la contribución de las Personas Coinvestigadoras a CoActuamos por la Salud Mental durante un largo y aún inacabado camino, del 2020 al 2022. Las Personas Coinvestigadoras, personas con problemas de salud mental y sus familiares, han sido las principales actoras de esta investigación como expertas porque viven la situación en su día a día. La investigación ha implicado el lanzamiento de un chatbot en Telegram donde cualquier persona puede escuchar las experiencias vividas por las Persona Coinvestigadoras y reaccionar ante ellas. Las Personas Coinvestigadoras han participado en la interpretación de los datos recopilados y han sacado conclusiones para hacer recomendaciones políticas y apoyar demandas específicas.

CoActuamos por la Salud Mental es parte de CoAct (Co-designing Citizen Social Science for Collective Action), un proyecto financiado por el programa de investigación e innovación Horizonte 2020 de la Unión Europea. CoAct entiende la Ciencia Ciudadana Social como una investigación participativa codiseñada e impulsada directamente por grupos de ciudadanos que comparten una preocupación social. Esperamos ampliar este proyecto a un nivel más global y replicarlo con otras problemáticas sociales apremiantes.



Las Personas Coinvestigadoras presentan 14 recomendaciones políticas a las administraciones públicas de Barcelona y de Catalunya

## Asamblea Final de CoActuamos por la Salud Mental

Más información:

Página web CoActuamos por la Salud Mental: <https://coactuem.ub.edu/>

Página web CoAct: <https://coactproject.eu/>

Email: [info.coactuem@ub.edu](mailto:info.coactuem@ub.edu)

Chatbot CoActuamos por la Salud Mental: [https://t.me/CoActuem\\_bot](https://t.me/CoActuem_bot)

Un agradecimiento especial a las seis Personas Coinvestigadoras que han compartido su testimonio. También estamos agradecidas con las 32 Personas Coinvestigadoras que han escrito las microhistorias del chatbot y contribuido a CoActuamos por la Salud Mental.