



LA PRIMERA AVENTURA DE LA XISPA AL CSMIJ

Un passeig ple de descobertes i nous amics

Benvinguts al CSMIJ!

Acompanya la Xispa en la seva primera visita al Centre de Salut Mental Infanto-juvenil i descobreix els espais, els professionals i les eines que ajuden als infants, adolescents i les seves famílies. Aquest conte forma part del Projecte d'Humanització dels espais de Salut Mental Infanto-juvenil del Taulí, amb la col·laboració de la Fundació Manuel Lao.



Bon dia a tothom! Avui tenim una cita a **Salut Mental Infanto-juvenil!**

La gosseta **Xispa** té visita amb el **Doctor Serpentí**. És la primera vegada que ve al **CSMIJ (Centre de Salut Mental Infanto-juvenil)**.

Perquè se senti més tranquil·la, el doctor li ha promès ensenyar-li tots els racons del centre.



Però abans haurà d'esperar a ser atesa, perquè la Xispa ha vingut una mica d'hora...



En arribar a la sala d'espera, però, la Xispa es sorprèn gratament: hi ha moltes coses interessants a fer!



Pintures, construccions, *pop-its*, *fidget toys*... Un munt de materials que ajuden a desenvolupar la **motricitat fina**, la **creativitat** i la **imaginació** mentre esperem la visita.





El Rei de la sala d'espera, però, és el **Triceratops**. Aquest amic cretàcic té laberints, mecanismes que es giren i es desplacen, un àbac una campaneta i fins i tot un xilòfon!



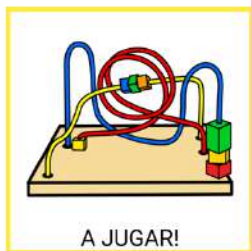
A la Xispa li fa molta gràcia com aquests dues grans sargantanes, el dinosaure i el **Drac de Sant Jordi**, es miren un a l'altre. De tant de jugar junts, s'han fet amics!

La Xispa és una gran lectora i li crida també l'atenció la **Biblioteca del CSMIJ**. En aquesta ocasió, ha escollit un dels llibres de la col·lecció del «Teo descobreix...» i s'ha assegut al puf del racó, esperant tranquil·lament que el Doctor Serpentí la vingui a buscar.



Ja queda menys...

MENTRE ESPEREM, PODEM JUGAR ...
PERÒ LES JOGUINES TAMBÉ
HAN DE **DESCANSAR!**
GUARDEM-LES BÉ QUAN ACABEM DE JUGAR!



Apa! Ja és el nostre torn! Entrem a la consulta:



- Bon dia, Xispa!
- Bon dia, Doctor!



- Què tal Xispa, com va tot?
- Estic una mica nerviosa... No sé gaire bé què hi farem aquí.
- És normal. Quan anem a un lloc nou tots podem sentir una mica de nervis. Però ja veuràs que aquí estàs en bones mans. Deixa'm presentar-me. Sóc el **Doctor Serpentí**, i sóc **metge psiquiatra infanto-juvenil** del CSMIJ del Taulí.

Al CSMIJ ajudem infants, adolescents i les seves famílies quan estan passant per dificultats emocionals, de conducta o relacionades amb el seu **neurodesenvolupament**.

La Xispa assenteix seriosa amb el cap. No entén totes les paraules però li interessa molt el tema...

- I on som ara? Estem en una consulta? – Pregunta la Xispa.

- En efecte, aquest és el meu despatx- Li respon el Doctor.



- **WOW! Quantes coses...!** - Exclama la Xispa mirant amb molta curiositat la prestatgeria del despatx del Doctor Serpentí.
- Sí, i totes tenen una funció! Les **joguines són molt importants** a la nostra feina. Mentre juguem, podem conèixer millor com pensen, senten i es relacionen els infants.- Explica el Doctor.

La Xispa assenteix... el que diu el Doctor Serpentí és molt interessant però el que li ve de gust ara és **jugar!**

- Cada joc ens ajuda a observar i treballar habilitats diferents, continua el Doctor. - Algunes són per treballar la **psicomotricitat fina** i les **capacitats viso-espacials**, com els jocs de construcció i els puzles. També tenim contes i altres llibres per a totes les edats.

- Què hi ha dins d'aquesta capseta, on posa **FIDGETS**?
- Què observadora, Xispa! Doncs al CSMIJ també tenim un bon grapat de **fidget toys**. Són petits objectes que alguns infants fan servir per manipular mentre parlen, escolten o fan una activitat. A moltes persones els ajuden a concentrar-se millor, a relaxar-se i a regular les seves emocions quan se senten nervioses o inquietes.



- M'agraden molt aquestes pilotes tan estranyes...
- Aquestes pilotes formen part del material que utilitzem per treballar la psicomotricitat i **estimular els sentits**. N'hi ha de moltes menes: grans i petites, llises i rugoses, toves i dures, de colors i formes ben diferents. Així podem explorar com percebem i interactuem amb el nostre entorn a través del joc.

- Wow! Un altre gosset salsitxa!



La Xispa és sorpren de veure un familiar seu a la prestatgeria ... quin ensurt!

- No t'espantis, Xispa! Aquest peluix és especial. És un **peluix amb pes**. Quan l'abracem, ens pot ajudar a sentir-nos més tranquils i segurs.



- Ostres! Quina idea més bona! M'agradaria provar-lo!.. Quines coses més interessants estic veient...



- Vols descobrir-ho per tu mateixa, Xispa? Pots aixecar-te i explorar una mica. Aquí tenim puzzles, pintures i quaderns. Sabies que els **dibuixos també ens poden ajudar a expressar emocions i explicar coses que, de vegades, costen de posar en paraules?** - Li va explicant el Doctor.

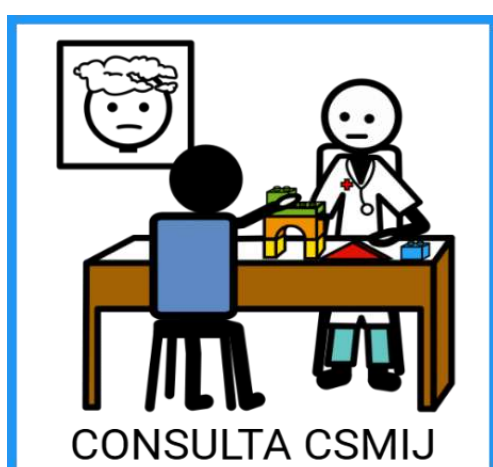


- Saps, Xispa, al CSMIJ **no treballem mai sols**. Som un equip de professionals que col·laborem per ajudar cada infant i cada família de la millor manera possible. T'agradaria conèixer-los?
- **Í tant!** – Respon amb alegria la Xispa
- Doncs som-hi! – Exclama amb entusiasme el Doctor.

La Xispa i el Doctor Serpentí es situen a l'entrada del CSMIJ:



- Doncs molt bé, Xispa, som-hi. Per situar-nos, –explica el Doctor - ara hi som a l'**Edifici Santa Fe** del Taulí. En un mateix passadís, hi trobarem les consultes del CSMIJ.

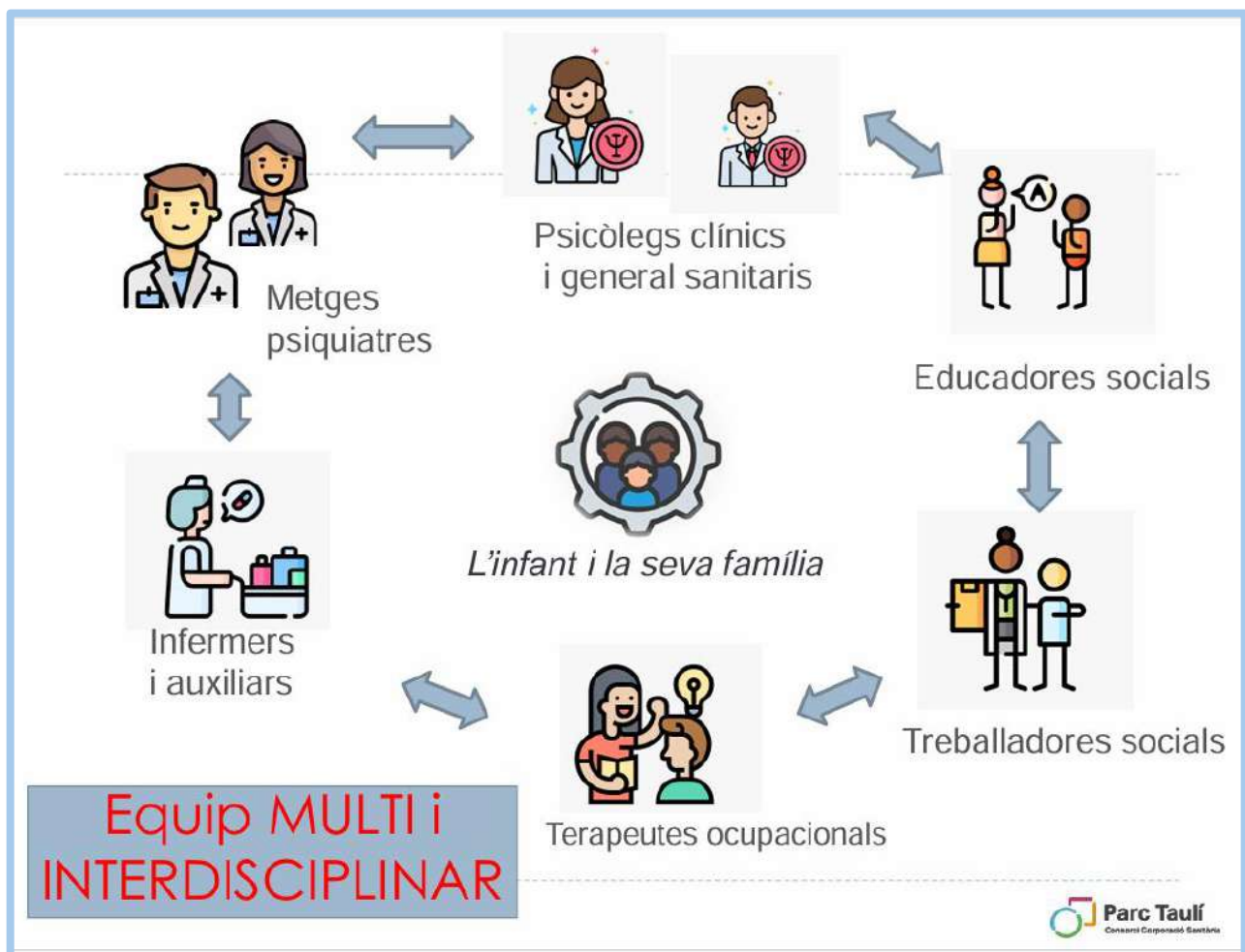


- El primer consultori, a l'esquerra, és el d'infermeria:



- Després de saludar de la manera que més t'agradi, l'infermer o infermera et preguntarà com et trobes i, si cal, et mesurarà, et pesarà o et prendrà la tensió. També et podrà donar consells sobre el son, l'alimentació i altres hàbits saludables.- Va explicant seriosament el Doctor Serpentí.

A dreta i esquerra, a més dels despatxos de Psiquiatria, tenim els de **Psicologia i Treball Social**. Tant els psicòlegs i psicòlogues com els treballadors i treballadores socials tenen un paper molt important dins de l'equip. També comptem amb **professionals d'educació social i teràpia ocupacional**, que ens ajuden a oferir una atenció completa..



La Xispa i el Doctor Serpentí entren un a un als despatxos, i el Doctor li ensenya tot de coses divertides que a la Xispa li interessien molt... i li venen unes ganes boges de jugar!











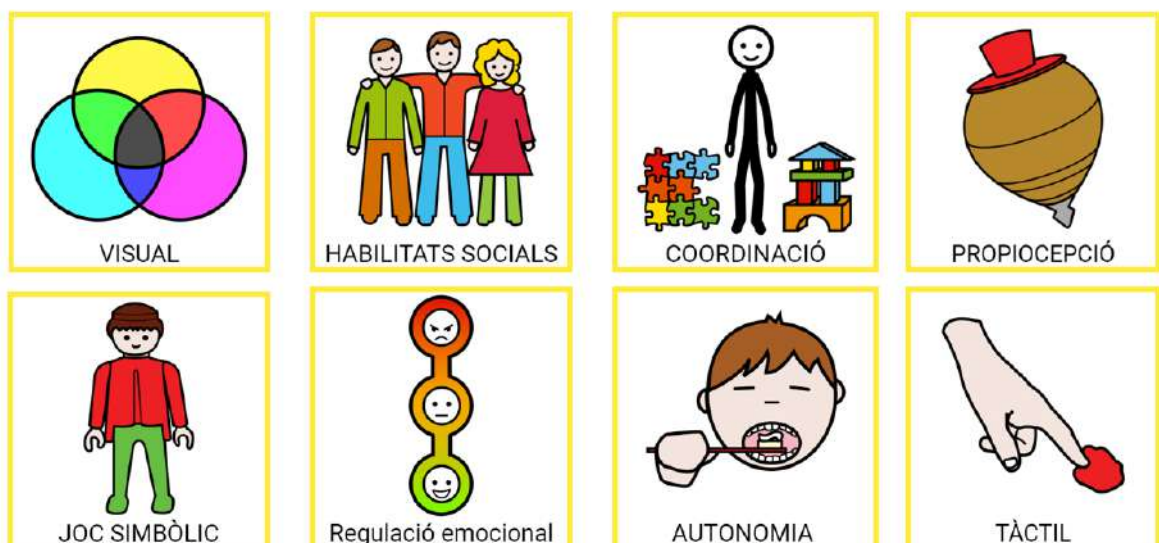
- Xispa,- diu el Doctor- passem a aquest altre despatx que et vull presentar a **Octopusseta**. És psicòloga clínica i en sap molt de trastorns del **neurodesenvolupament**. Ella t'ensenyarà algunes coses interessants...

- Hola, Xispa!. Encantada de conèixer-te!- Saluda la psicòloga **Octopusseta**.



En aquest despatx guardem material que pot resultar molt útil per a nens amb dificultats relacionades amb el **neurodesenvolupament** (com el TEA, TDAH o la discapacitat intel·lectual).

Alguns d'aquests materials són: **auriculars amb cancel·lació de so**, **timers**, els **planificadors** per estructurar horaris, gotets adaptats per nens que els hi costa empassar la medicació, o raspalls de dents també adaptats, entre d'altres. Aquests materials estan pensats per facilitar l'**autonomia** dels infants en les activitats del dia a dia.







Quantes coses, oi? Però encara ens queda molt per acabar la visita...
Vine, Xispa, ara anirem a conèixer **l'Hospital de Dia!**



- Benvinguda a l'**Hospital de Dia d'adolescents**, Xispa! O **HDA**, com l'anomenem aquí per abreujar...



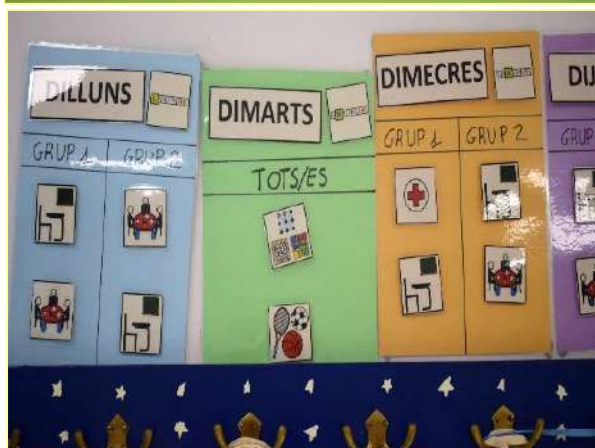
- A l'HDA hi venen **adolescents** que estan passant per dificultats relacionades amb la salut mental i que necessiten un acompanyament més intensiu durant una etapa de la seva recuperació, explica la psicòloga clínica Octopusseta.

Mira, et presento en **Roderic**, que és **infermer de Salut Mental**. Ell t'explicarà que s'hi fa aquí, a l'Hospital de Dia:



- Bon dia, Xispa! Bon dia, Octopusseta! - Les saluda el Roderic.

Aquest és un **espai hospitalari molt especial**. Aquí venen adolescents i joves que necessiten ajuda per afrontar dificultats de salut mental i continuar avançant en el seu procés de recuperació.



Cada dia participen en activitats que els ajuden a comprendre les seves **emocions**, relacionar-se amb els altres, guanyar **autonomia** i reforçar les **habilitats socials** que necessiten en la vida quotidiana.

Entre moltes altres propostes, a l'Hospital de Dia es duen a terme:

TALLERS DE CUINA:





ACTIVITATS ESPORTIVES:





I HORT URBÀ, en el pati d'Hospital de Dia:





Cuidar les plantes, observar-ne el creixement i **treballar en equip** ajuda a desenvolupar habilitats personals i contribueix al **benestar emocional**.





Alguns joves no necessiten assistir a l'HDA. En alguns casos, són els professionals dels programes comunitaris **GUIA** i **CRISI** qui es desplacen a casa seva o al centre educatiu per oferir-los suport. Aquí pots veure algunes professionals de l'equip CRISI, amb les seves motxilles noves, preparades per començar la jornada:



- Ara toca acomiadar-se de l'HDA i pujar a la 3^a planta del Taulí.
- Gràcies per la visita, noies. – S'acomiada el Roderic.
- **¿on anem ara?**- Pregunta la Xispa.
- A la **UCA!**- Respon l'Octopusseta amb un somriure.



La psicòloga Octopusseta i la Xispa, xino-xano, agafen l'ascensor camí de la tercera planta, creuen el passadís de Pediatria...

- Ja hem arribat a la UCA! – Exclama Octopusseta.

La **UCA** és la **planta d'hospitalització** per a infants i joves amb problemes de salut mental greus. Com que és estiu, l'han decorada amb temàtica marítima... sembla un gran submarí!



A la UCA, els infants i joves reben atenció psicològica i psiquiàtrica intensiva. També continuen estudiant a l'aula i participen en tallers i altres activitats terapèutiques.



A més, a la UCA s'ha habilitat un espai molt especial anomenat **Racó de la Calma**, pensat per als pacients que, en determinats moments, se senten desbordats i necessiten un entorn tranquil per recuperar l'equilibri emocional.



Hola, Octopusseta! Hola, Xispa! - Saluda efusivament la **Ullberta**, la **terapeuta ocupacional** de la UCA.





Benvinguda, Xispa, al *Racó de la Calma* – Diu la Ullberta.

Aquest espai està pensat perquè els joves puguin relaxar-se i sentir-se segurs quan passen per moments difícils. Per això s'hi han incorporat materials i recursos que potencien la **vessant sensorial** i afavoreixen la regulació emocional.

Xispa, et presento en *Taronget*. Ells és resident **de psicologia clínica**, que està fent una estada amb nosaltres per continuar la seva formació en salut mental infanto-juvenil.



- Bon dia a tothom! Jo sóc en Taronget, encantat de conèixer-te, Xispa.



- Ara mateix estic preparant els ***fidget toys*** per als pacients que estan ingressats. Aquí he après que aquestes eines poden ser molt útils per afavorir la regulació emocional i sensorial.



- I aquesta és la nostra tauleta nova. – **Diu la Ullberta.** - Ens ajuda a comunicar-nos amb pacients que tenen dificultats en el llenguatge o que necessiten sistemes alternatius de comunicació.

El Racó de la Calma també disposa de llums LED que es poden regular en color i intensitat, **explica la Ullberta.** Ben aviat, a més, incorporarà altaveus per

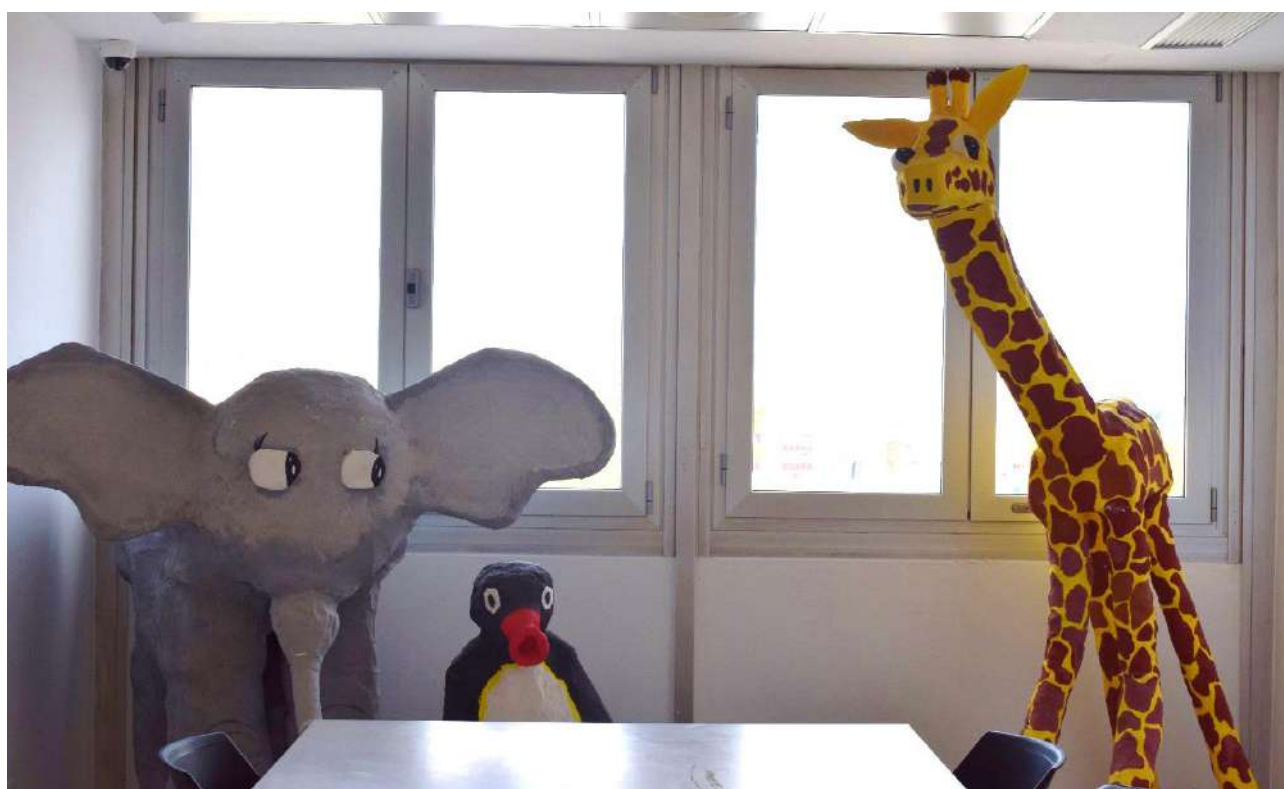
reproduir música o sons relaxants. Ara mateix el veus una mica ple de materials perquè estem molt contents de totes les novetats i te les volem ensenyar. Però quan un pacient l'utilitza, es converteix en un **espai tranquil, confortable** i amb pocs estímuls, que l'ajuda a sentir-se més calmat i segur.



- Moltes gràcies per haver vingut a visitar-nos, Xispa.- diu la Ullberta.



- Ara ens hem d'acomiar. Ens espera molta feina i hem de continuar ajudant els nostres pacients. *Que vagi molt bé!*



La Xispa mou la cua ben contenta.

- M'ho he passat molt bé! He jugat, he après i he fet nous amics!

Després d'aquesta aventura, la Xispa ha descobert que el CSMIJ és molt més que unes consultes: és un lloc on escolten, cuiden i acompanyen infants, adolescents i famílies perquè se sentin millor.



AGRAÏMENTS: UN ABANS I UN DESPRÉS

Si mirem enrere i recordem com eren aquests espais fa només un any, és fàcil adonar-nos de tot el que ha canviat.

Avui, les unitats són més acollidores, lluminoses i humanes. Han guanyat color, calidesa i vida, transformant-se en entorns més agradables per als infants, adolescents, famílies i professionals que els utilitzen cada dia.

ABANS:



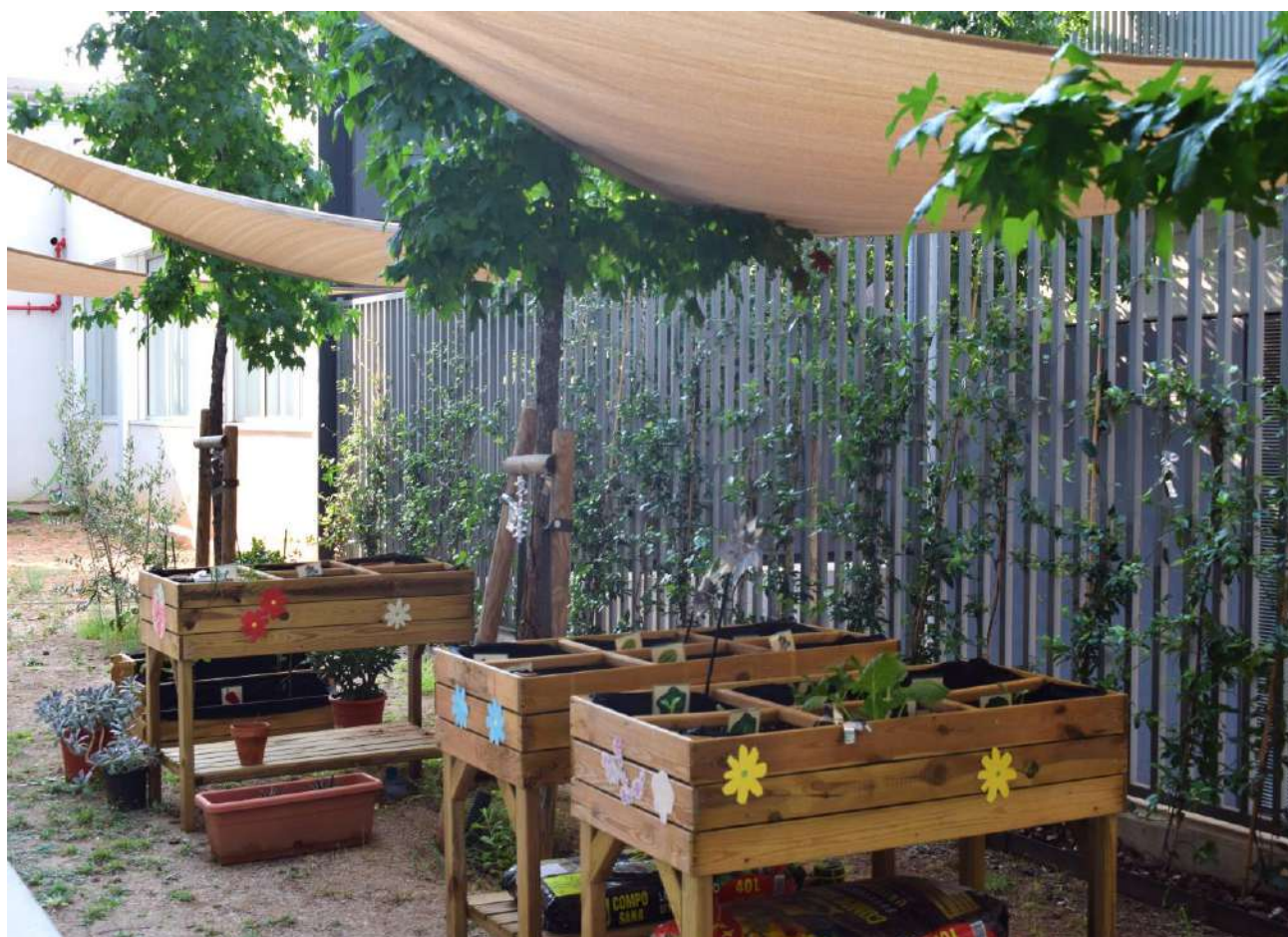
DESPRÉS:



ABANS:



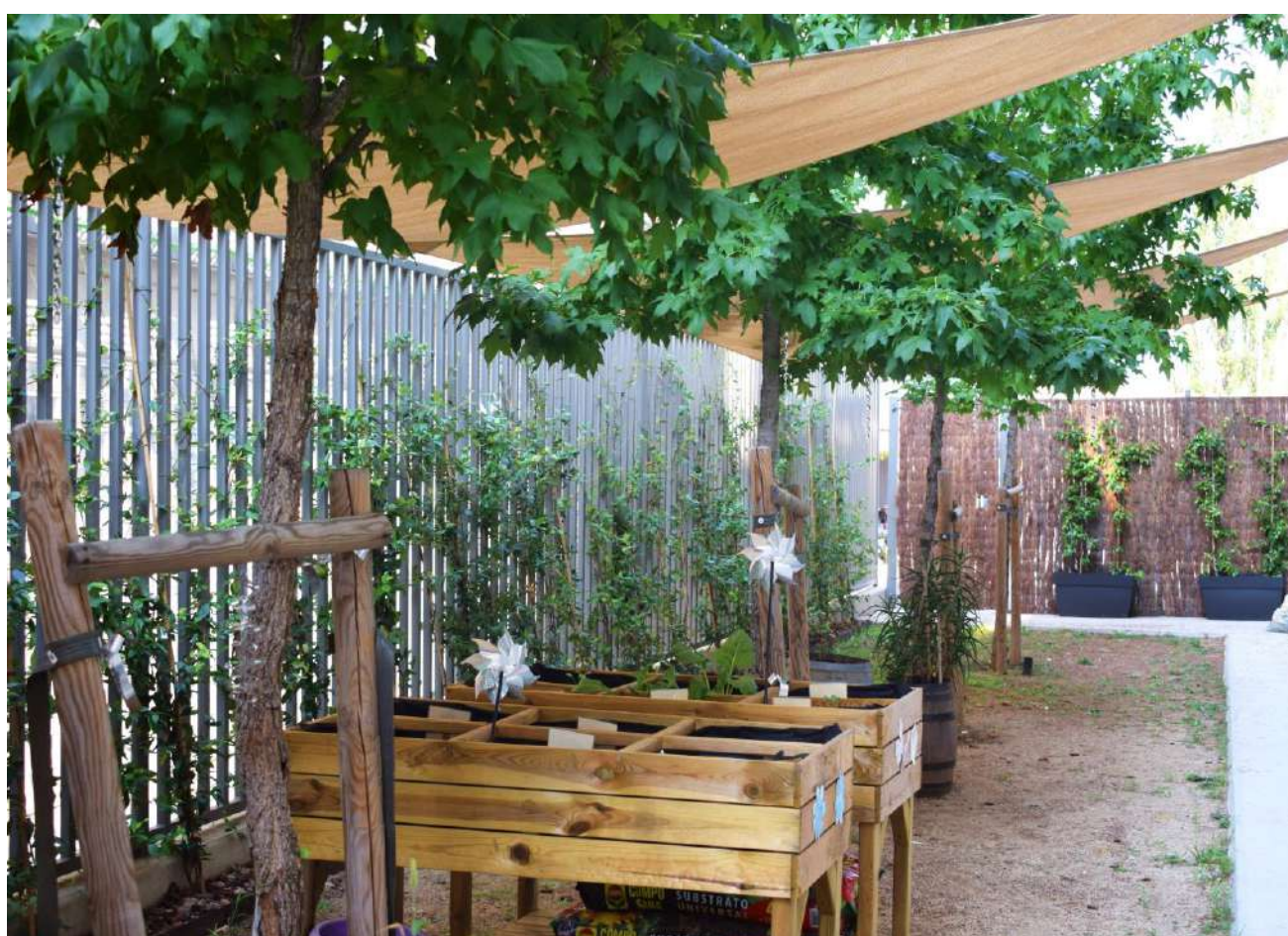
DESPRÉS:



ABANS:



DESPRÉS:



Aquesta transformació ha estat possible gràcies a la generosa donació de la **Fundació Manuel Lao**, a qui volem expressar el nostre més sincer agraïment.

La seva col·laboració ens ha permès adquirir nous materials i continuar avançant en la humanització dels espais assistencials, convertint-los en entorns més confortables, estimulants i adaptats a les necessitats dels joves que atenem.

Perquè la salut mental també passa pels espais que habitem: entorns que transmeten calma i seguretat, que conviden a la creativitat i que contribueixen al benestar emocional i al procés de recuperació.

Moltes gràcies per fer-ho possible.

Atentament,

L'Equip de Salut Mental Infanto-juvenil



*Text i fotografies: Marina Esteve Cerdà
En Sabadell, 2026*