

## **BASES DEL VI FESTIVAL DE CORTOS Y SALUD MENTAL**

*“Háblale sobre la diferencia. Convierte la diferencia en habitual. Haz normal la diferencia. Enséñale a que valore la diferencia. Y no es para que sea justa ni buena, sino simplemente para que sea humana y práctica. Porque la diferencia es la realidad de nuestro mundo.”*

(Chimamanda Ngozi Adichie)

### **¿Qué es Salud Mental?**

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), la Salud Mental se define como un estado de bienestar en el cual la persona es consciente de sus propias capacidades, puede afrontar las tensiones normales de la vida, puede trabajar de forma productiva y fructífera y es capaz de hacer una contribución a su comunidad.

La salud mental puede afectar la vida cotidiana, las relaciones y la salud física. Sin embargo, este vínculo también funciona en la otra dirección. Los factores en la vida de las personas, las conexiones interpersonales y los factores físicos pueden contribuir a las alteraciones de la salud mental. El cuidado de la salud mental puede preservar la capacidad de una persona para disfrutar de la vida. Hacer esto implica alcanzar un equilibrio entre las actividades de la vida, las responsabilidades y los esfuerzos para lograr la estabilidad psicológica. La salud mental es, en términos generales, el estado de equilibrio entre una persona y su entorno socio-cultural que garantiza su bienestar y calidad de vida. La salud mental es un estado de bienestar psicológico y emocional que permite al sujeto emplear sus habilidades mentales, sociales y sentimentales para desempeñarse con éxito en las interacciones cotidianas. Un estado de completo bienestar físico, mental y social.

### **¿Qué es la diversidad psíquica o psicosocial?**

La diversidad psíquica o psicosocial es una diversidad funcional que no tiene ningún tipo de relación con la diversidad intelectual ni está ocasionada por problemas neurodegenerativos. Según la Organización Mundial de la Salud, la diversidad psíquica o psicosocial se refiere a las “personas con diagnóstico de trastorno mental que han sufrido los efectos de factores sociales negativos, como el estigma, la discriminación y la exclusión”.

### **Prevención de la Salud Mental**

La salud mental se relaciona con el raciocinio, las emociones y el comportamiento frente a diferentes situaciones de la vida cotidiana. También ayuda a determinar cómo manejar el estrés, convivir con otras personas y tomar decisiones importantes. Al igual que otras formas de salud, la salud mental es importante en todas las etapas de la vida, desde la infancia y la adolescencia hasta la edad adulta y la madurez.

El tema de la salud mental, además, no concierne sólo a los aspectos de atención posterior al surgimiento de un Problema de Salud Mental, sino que corresponde además al terreno de la prevención de los mismos con la promoción de un ambiente sociocultural determinado por aspectos como la autoestima, las relaciones interpersonales y otros elementos que deben venir ya desde la educación más primaria de la niñez y de la juventud. Es importante destacar la promoción de la salud mental durante todo el ciclo vital, para garantizar

una infancia y juventud mentalmente sana y evitar Problemas de Salud Mental en la edad adulta o en la vejez. Por ello es fundamental la prevención.

### **Promoción de la salud mental**

La promoción de la salud mental parte del principio de que todas las personas tienen necesidades de salud mental y no solo aquellas que han sido diagnosticadas. La promoción de la salud mental concierne esencialmente a la realidad social en la que todas las personas se sientan comprometidos con el bienestar mental. La misma se da a través de proporcionar recursos para que se haga efectivo el mejoramiento de la salud mental en las personas con el fin de llevar una vida saludable.

Para la promoción de la salud mental se desarrollan estrategias como:

- Motivar los recursos propios de la persona por medio de estímulos en la autoestima, la resolución de los propios conflictos y la asertividad en las relaciones interpersonales.
- Incentivar una creciente y cohesionada inclusión social, desarrollando las estructuras de ayuda que promueven la salud mental en los lugares de trabajo, educación y en la convivencia.
- Crear planes específicos para personas con diversidad, que reduzcan las barreras, promoviendo la igualdad de oportunidades.

La salud mental se tiene que tener en cuenta a lo largo de todo el ciclo vital, en este sentido es importante tener en cuenta cómo se puede promover la salud mental en los niños y los adolescentes. Los jóvenes son uno de los grupos que presenta mayor probabilidad de sufrir problemas de salud mental, ya que en la etapa de la adolescencia se llevan a cabo procesos de cambio físico, psicológico, sociocultural y cognitivo.

### **El modelo de Recuperación**

El modelo de Recuperación evita etiquetar a las personas por su diagnóstico y no reincide en el carácter de enfermedad crónica. Es opuesto a la tendencia de recordar repetitivamente los problemas y dificultades.

La Recuperación en Salud Mental tiene unas características muy marcadas:

- La recuperación es única e individual, ya que se centra en las singularidades que tiene cada persona para afrontar sus problemas de salud mental y gestionar su bienestar emocional.
- La recuperación es un proceso activo. Esto implica que la persona tome conciencia de sus responsabilidades y se sienta capaz de liderar su recuperación. Puede ser muy útil poner a disposición de estas personas ciertas herramientas que faciliten este proceso.
- Además el ser vulnerable a sufrir problemas de salud mental nos da la oportunidad de desarrollar la resiliencia que es la capacidad de superar adversidades y aprender de ello. Se trata de ver el riesgo como oportunidad de aprendizaje.
- Una característica fundamental de la recuperación es el "empoderamiento". Es decir, el desarrollo de nuestras capacidades personales y toma de decisiones propias, un camino para sentirse realizado. La recuperación se caracteriza por ser un proceso largo que requiere de fuerza y compromiso.

### **Aceptación social**

La aceptación social de personas con un problema de salud mental ha probado ser la mejor ayuda y también la mejor prevención. Sin embargo, en muchos casos, estas personas, son víctimas de discriminación, incluso por parte de su propio núcleo familiar o dentro del propio sistema socio-sanitario, y no son aceptadas

con facilidad en el mundo laboral, en el de la educación y en la comunidad en general. La falta de un conocimiento acerca de lo que significa un problema de salud mental es otro factor que incide en el mismo fenómeno de marginalización.

### **¿Por qué surge el Festival de Cortos y Salud Mental?**

Normalmente los medios de comunicación suelen difundir una imagen distorsionada y discriminatoria de la Salud Mental dando lugar a la normalización de las prácticas que vulneran los Derechos Humanos y las libertades fundamentales en el ámbito de la Salud Mental.

En relación al estigma y discriminación que en muchas ocasiones sufren las personas con Problemas de Salud Mental, es necesaria la información, concienciación y sensibilización de la población general. En cuanto a la promoción y la prevención en Salud Mental, se trata de una de las principales preocupaciones del ámbito social y sanitario, especialmente en el ámbito infanto-juvenil. Atendiendo a la diversidad, se trata de visibilizar e incluir socialmente en condiciones de igualdad al colectivo de personas con Problemas de Salud Mental. En relación con el punto anterior, se encuentra la atención social y sanitaria de la salud mental, que en muchos casos carece de los recursos y calidad deseada.

Ante este y otros problemas que afectan al campo de la Salud Mental, nace la necesidad de crear este Festival de Cortos y Salud Mental, teniendo en cuenta el valor del cine como una poderosa herramienta de comunicación.

Teniendo en cuenta estos aspectos, desde el Festival de Cortos y Salud Mental pretendemos:

- Concienciar de la necesidad de la defensa de los derechos de las personas con Problemas de Salud Mental mediante la lucha contra el estigma y los falsos prejuicios.
- Terminar con los comportamientos paternalistas que desemboca en una serie de medidas que limitan y coartan la libertad de las personas con un Problema de Salud Mental, dificultando su autonomía.
- Incentivar el empoderamiento de las personas con Problemas de Salud Mental para contribuir a que ellas mismas se hagan responsables de su propia recuperación.
- Promocionar el autocuidado de la salud mental, concienciando de la necesidad de desarrollar programas de educación y gestión emocional.
- Atender a los Derechos fundamentales de las personas con Problemas de Salud Mental, tal y como marca la Convención Internacional de Derechos de las Personas con Discapacidad de la ONU.
- Acabar con las prácticas coercitivas para atender momentos de crisis de salud mental, y respetar las voluntades y preferencias de las personas con un Problema de Salud Mental.
- Concienciar de la perspectiva de recuperación en Salud Mental, frente al enfoque de lo patológicamente crónico.
- Poner en valor la corresponsabilidad en cuanto a Prevención y promoción de la Salud Mental, con mención especial al ámbito infantil y juvenil.
- Reclamar la necesidad de un modelo de atención "comunitaria" de calidad, prestando más atención y recursos a los abordajes psico y socio terapéuticos, afrontando los problemas de la sobremedicación, apostando por un trabajo transversal y valorando el papel del tejido asociativo.
- Limitar la etiqueta diagnóstica a una herramienta de clasificación clínica, evitando así que las personas con Problemas de Salud Mental confundan su identidad con la sintomatología.
- De forma trasversal a la Salud Mental, pretendemos integrar la igualdad de género, así como fomentar un lenguaje inclusivo.

*“El cine tiene mucho que ver con la generación de estigma, porque los trastornos mentales se han relacionado mucho con agresividad, violencia y asesinatos”. María Herrera Giménez.*

*“Porque el cine siempre quiso contar historias y la Salud Mental tiene muchas historias que contar”.*

## **CONDICIONES DE CONTENIDO**

- La duración máxima será de 20 minutos, créditos incluidos, sin existir una duración mínima.
- El corto participante tendrá en cuenta, principalmente:
  - Dar una imagen positiva de la Salud Mental luchando contra el estigma.
  - Difundir con responsabilidad una imagen de la Salud Mental que contribuya a su promoción y prevención.
  - Valorar la diversidad, visibilizando al colectivo de personas con Problemas de Salud Mental.
  - Reclamar una atención socio-sanitaria de calidad.
- El género artístico puede ser cualquiera (Drama, Comedia, Animación, etc.) siempre y cuando el mensaje que se dé sobre el Problema de Salud Mental no incurra en el estigma o los falsos prejuicios sobre salud mental (términos como pena o violencia ligados al carácter de una persona con un problema de salud mental, solo por el hecho de tener ese problema de salud mental).
- Se valorará positivamente que la temática refleje que se han tenido en cuenta los párrafos de introducción de estas bases.
- Los derechos de imagen de las personas que aparezcan en la obra deben estar protegidas por la ley 1/1982 del 5 de mayo sobre la protección civil del derecho al honor, a la intimidad personal y familiar y a la propia imagen, recogida dentro del artículo 18 de la Constitución Española.
- Se valorará positivamente aquel cortometraje que trate la perspectiva de género enfocada hacia la igualdad y la inclusión.

## **CONDICIONES TÉCNICAS**

- Se podrán presentar al certamen producciones videográficas y cinematográficas en formato digital.
- Las obras se presentarán en versión original.
- Los subtítulos son obligatorios debido a su carácter inclusivo.
- Las obras que por problemas técnicos o de formato no puedan ser visionadas, no serán inscritas.

## **IMPORTANTE**

- Es imprescindible presentar la ficha técnica y la documentación requerida.
- Sólo se confirmará la recepción por medio de correo electrónico cuando lo indique expresamente el participante o la participante.

## **PARTICIPANTES**

- Podrán presentarse a concurso los cortometrajes propuestos desde cualquier punto de España y fuera de ella.
- No hay un límite de edad establecido.
- Los trabajos deben estar realizados entre los años 2020 y 2023 hasta fin de la convocatoria. Pueden haber sido mostrados y premiados en otros festivales de cine.
- Las obras deberán entregarse antes del 1 de septiembre de 2023 a las 23:59.

- Se valorará la colaboración con las organizaciones de personas con diversidad psicosocial que dan visibilidad y difunden el valor de la diversidad y la no discriminación por motivos de salud mental.
- Las inscripciones de cortometrajes se realizarán a través de las dos plataformas habilitadas: MoviBeta y Click For Festivals. Las obras que no se recepcionen a través de estas plataformas no podrán tenerse en cuenta.

## PREMIOS

Los premios del Festival, serán:

- Mejor Corto de Ficción. Dotado con 750€
- Mejor Corto Documental. Dotado con 750€
- Premio Asaenes Salud Mental Sevilla al mejor corto, ya sea de ficción o documental, realizado por personas con algún problema de salud mental, familiares, personas allegadas así como por personas jóvenes. Dotado con 750€.
- Premio Canal Sur Radio y Televisión a la creación Audiovisual Andaluza al mejor corto de ficción o documental sobre salud mental producido en Andalucía. Dotado con la estatuilla 'El Dilema' y emisión del corto en Canal Sur Radio y Televisión por cualquiera de sus canales. Este premio se regula por unas bases que no son administradas por la organización del festival si no por RTVA.
- Premio del Público. Mención especial sin dotación económica.

## OBRAS SELECCIONADOS/AS

- De entre todas las obras recepcionadas se procederá a una preselección, por parte de un jurado técnico formado por personas con experiencia propia, profesionales del ámbito sanitario y audiovisual pudiendo ser hasta 20 las que opten al premio final y puedan ser visionadas por el público.
- La organización notificará por correo electrónico o llamada telefónica a las personas seleccionadas.
- A las obras seleccionadas se les exigirá entregar la ficha de inscripción cumplimentada, fotocopia del documento oficial de identidad (DNI, Pasaporte, Tarjeta de Residente) del autor/a o representante de los autores/as, tres imágenes del corto en formato JPG y una sinopsis, de no más de 100 palabras, referente a la obra presentada.
- Las obras seleccionadas podrán ser emitidas *in streaming* durante el Festival, visualizándose únicamente en el horario y fecha establecidos. Tras ello, la retransmisión se ocultará para que estos cortometrajes no puedan ser visualizados.

Quienes representen a las 3 obras finalistas por cada categoría que optan a los premios, serán avisados/as con una semana de antelación para facilitar la asistencia, en el caso de que puedan o quieran acudir. No podrá ser así en el caso de las obras finalistas para optar al premio del público.

## Además

- El jurado se reserva el derecho a dejar desierto algunos de los premios, así como a conceder un accésit, sin dotación económica, si lo estimara oportuno.
- El jurado puede ampliar el número de obras seleccionadas si lo viera oportuno. También podrán seleccionarse menos de 20 obras si así lo considera el jurado.
- Solamente se entregará un premio por obra, excepto el Premio del Público que podrá coincidir con la decisión del jurado.
- La decisión del jurado es inapelable.
- A los premios se le realizarán las retenciones fiscales correspondientes.

## CONDICIONES DE LAS OBRAS PREMIADAS

Las personas ganadoras ceden, de manera gratuita y por un tiempo indeterminado, todos los derechos de imagen y uso de la obra a la organización del Festival para que pueda utilizarlas, sin ánimo de lucro, para su promoción. La organización utilizará las obras para uso pedagógico y de concienciación, excluyendo la exposición de las mismas en Internet (solo en momento del *streaming*). Los cortos finalistas y ganadores se proyectarán en las Muestras del Festival que tienen por objetivo concienciar a la población. También se podrán proyectar en actividades de promoción de Cine Mental.

## FINALMENTE

- La organización no se hace responsable de accidentes o imprevistos que puedan sufrir las obras
- La persona que opta a los premios debe ser titular de los derechos de explotación de la obra.
- Las personas autoras de las obras garantizan la legitimidad de las mismas y que éstas no infringe ni vulneran los derechos de propiedad industrial e intelectual de otro autor/a. De no ser así, además de no hacerse responsable la organización del acto cometido, la obra quedaría automáticamente fuera concurso.
- La entidad organizadora se reserva el derecho de excluir las producciones audiovisuales que, por sus condiciones, características, formato, temática o cualquier otra razón relacionada con el o la autor o autora, productor o productora, no se ajusten a lo dispuesto en dichas bases.
- La participación en este concurso implica la aceptación total y el cumplimiento de las presentes bases, así como la resolución, por parte de la organización, de cualquier imprevisto no especificado en éstas.
- Cualquier información o aclaración adicional será facilitada por correo electrónico.

Para cualquier consulta añadimos la siguiente guía de estilo para comunicar la salud mental:

<https://consaludmental.org/centro-documentacion/guia-salud-mental-medios-comunicacion/>