Uno de los principales obstáculos sigue siendo el estigma asociado a los problemas de salud mental y el desconocimiento sobre el valor profesional de esta figura. Todavía existen prejuicios que dificultan su incorporación en algunos recursos. Para avanzar es necesario dar a conocer mejor el apoyo entre iguales, reconocer formalmente su aportación y apostar por equipos de trabajo que integren diferentes perspectivas y experiencias.

Durante mucho tiempo, las personas con problemas de salud mental hemos sido vistas principalmente desde nuestras dificultades. ¿Qué supone para vosotros que vuestra experiencia sea hoy una herramienta profesional?

Supone un avance muy importante. Significa que nuestras vivencias son reconocidas como un conocimiento valioso que puede ayudar a otras personas. También contribuye a cambiar la mirada sobre la salud mental, alejándola de las etiquetas y poniendo el foco en las capacidades, fortalezas y posibilidades de cada persona. Nos permite pasar de ser vistos únicamente desde las dificultades a ser reconocidos por todo lo que podemos aportar.

Para terminar, quiero dar las gracias a Anais por dedicar su tiempo a esta entrevista y compartir con nosotros su experiencia y su trabajo en el CREAP. Con sus respuestas nos ha ayudado a conocer de cerca una figura profesional que todavía muchas personas desconocen.

Personalmente, esta entrevista me ha permitido acercarme aún más al apoyo entre iguales y al valor que tiene poder acompañar a otras personas desde la propia experiencia. Ojalá hubiera más oportunidades para que esta figura formara parte de los recursos de salud mental y para que se reconozca todo lo que las personas con experiencia propia podemos aportar.

Gracias, Anais, por compartir tu mirada y dar visibilidad a este trabajo.

Rut M.B.