

El Voluntariado en SALUD MENTAL ESPAÑA

Informe 2021

Edita: Confederación SALUD MENTAL ESPAÑA

Coordinación y redacción:

Área de Proyectos y Estudios de Confederación SALUD MENTAL ESPAÑA

Fecha de Edición: septiembre de 2022

Diseño y maquetación: La Factoría de Ediciones®

Realizado por:



Con la colaboración de:



Licencia de contenidos Creative Commons: Reconocimiento – NoComercial (by-nc): Se permite la generación de obras derivadas siempre que no se haga un uso comercial. Tampoco se puede utilizar la obra original con finalidades comerciales.

Índice

Presentación	7		
Introducción	9		
1. El voluntariado del movimiento SALUD MENTAL ESPAÑA en los diferentes territorios	15		
2. Participación en el estudio del voluntariado del movimiento asociativo SALUD MENTAL ESPAÑA	17		
3. Características del voluntariado en el movimiento asociativo SALUD MENTAL ESPAÑA.	19		
Sexo de las personas voluntarias	19		
Edad de las personas voluntarias.	20		
Nivel de estudios de las personas voluntarias.	22		
Situación laboral de las personas voluntarias	25		
Perfil tipo de la persona voluntaria	28		
4. Actividades realizadas como persona voluntaria	30		
¿Por qué las personas deciden ser voluntarias?	30		
¿Cómo se llega a ser persona voluntaria de una entidad de SALUD MENTAL ESPAÑA?	31		
Tiempo de voluntariado en una entidad salud mental	33		
Tiempo dedicado a la labor voluntaria	35		
¿A quién va dirigida la labor como persona voluntaria?	36		
		Programas en los que participa como persona voluntaria de la entidad	38
		Tipo de actividades realizadas principalmente en la entidad	40
		5. Actividad voluntaria y COVID-19	42
		Impacto de la pandemia en las actividades desarrolladas por el voluntariado	42
		Grado de adopción de medidas de seguridad e higiene por parte de la entidad	44
		6. Formación y promoción del voluntariado	45
		Formación recibida de parte de la entidad mientras se realiza el voluntariado	45
		Valoración de la formación recibida.	47
		Tipo de formación recibida.	48
		7. Satisfacción con la labor voluntaria	50
		Expectativas previas antes de realizar el voluntariado	50
		Grado en que se han cumplido las expectativas tras el voluntariado	51
		Grado en el que el voluntariado se siente implicado con la entidad	52
		Grado en el que el voluntariado se siente acompañado por el equipo de profesionales de la entidad	53

Reconocimiento de la labor voluntaria por parte de la entidad 54

Cambios en la forma de comprender a las personas con problemas de salud mental a través del voluntariado 55

Aportaciones del voluntariado a nivel personal 56

Aportaciones personales al trabajo voluntario 58

Satisfacción como persona voluntaria en una entidad de salud mental españa. . . . 59

Recomendación de hacer voluntariado en una entidad. 60

8. Puntos fuertes y propuestas de mejoras . 61

Necesidades de las personas voluntarias para continuar y fidelizar su labor 61

Aspectos positivos del trabajo voluntario . . . 62

Aspectos que mejorar del trabajo voluntario . 63

¿Cómo pueden mejorar las entidades su atención a las personas con problemas de SALUD MENTAL? 64

Otras observaciones 66

Conclusiones. 68

Recomendaciones. 74

Directorio de Federaciones y Asociaciones Uniprovinciales miembro de SALUD MENTAL ESPAÑA 77



Índice de gráficos y tablas

Gráficos

Gráfico 1. Total personas voluntarias por CC.AA.	15	Gráfico 13. Personas voluntarias por situación laboral, rangos de edad y sexo	27
Gráfico 2. Porcentaje personas voluntarias por CC.AA.	16	Gráfico 14. Perfil tipo de los mujeres voluntarias	28
Gráfico 3. Cantidad de respuestas por comunidades autónomas	17	Gráfico 15. Perfil tipo de los hombres voluntarios	29
Gráfico 4. Participación por CCAA segmentada por sexo.	18	Gráfico 16. ¿Cómo se llega a ser persona voluntaria? Total respuestas..	31
Gráfico 5. Distribución de las personas voluntarias por sexo	19	Gráfico 17. ¿Cómo se llega a ser persona voluntaria?.	32
Gráfico 6. Personas voluntarias por rangos de edad.	20	Gráfico 18. Tiempo como persona voluntaria en la entidad	33
Gráfico 7. Personas voluntarias por rangos de edad y sexo	21	Gráfico 19. Tiempo como persona voluntaria por sexo	34
Gráfico 8. Personas voluntarias por nivel de estudios.	22	Gráfico 20. Tiempo dedicado a la labor voluntaria	35
Gráfico 9. Personas voluntarias por nivel de estudios y sexo	23	Gráfico 21. ¿A quién se dirige la labor como persona voluntaria? Total respuestas	36
Gráfico 10. Personas voluntarias por nivel de estudios, rangos de edad y sexo	23	Gráfico 22. ¿A quién se dirige la labor como persona voluntaria?	37
Gráfico 11. Situación laboral de las personas voluntarias	25	Gráfico 23. Programas en los que participa el voluntariado – total respuestas	38
Gráfico 12. Situación laboral de las personas voluntarias por sexo	26	Gráfico 24. Programas en los que participa el voluntariado	39
		Gráfico 25. Tipo de actividades realizadas por el voluntariado – total respuestas	40

Gráfico 26. Tipo de actividades realizadas por el voluntariado 41

Gráfico 27. Impacto de la pandemia en tiempo/ dedicación. 42

Gráfico 28. Impacto en las actividades desarrolladas por el voluntariado.. . . . 43

Gráfico 29. Satisfacción con las medidas de seguridad adoptadas por la entidad 44

Gráfico 30. Formación recibida durante la labor voluntaria 45

Gráfico 31. Formación recibida – datos por sexo. . 46

Gráfico 32. Valoración de la formación recibida . . 47

Gráfico 33. Tipo de formación recibida – total respuestas 48

Gráfico 34. Tipo de formación recibida 49

Gráfico 35. Expectativas previas de las personas voluntarias 50

Gráfico 36. Grado de cumplimiento de las expectativas 51

Gráfico 37. Grado de implicación con la entidad. . 52

Gráfico 38. Acompañamiento de profesionales . . 53

Gráfico 39. Reconocimiento de la labor voluntaria por parte de la entidad. 54

Gráfico 40. Cambios en la forma de comprender a las personas con trastorno mental. . 55

Gráfico 41. Satisfacción como persona voluntaria . 59

Gráfico 42. Recomendación del voluntariado en la entidad. 60

Gráfico 43. Necesidades para continuar y fidelizar la labor voluntaria 61

Tablas

Tabla 1. ¿Por qué las personas deciden ser voluntarias? 30

Tabla 2. Aportaciones del voluntariado a nivel personal 57

Tabla 3. Aportación personal en el voluntariado realizado 58

Tabla 4. Aspectos positivos del voluntariado realizado 62

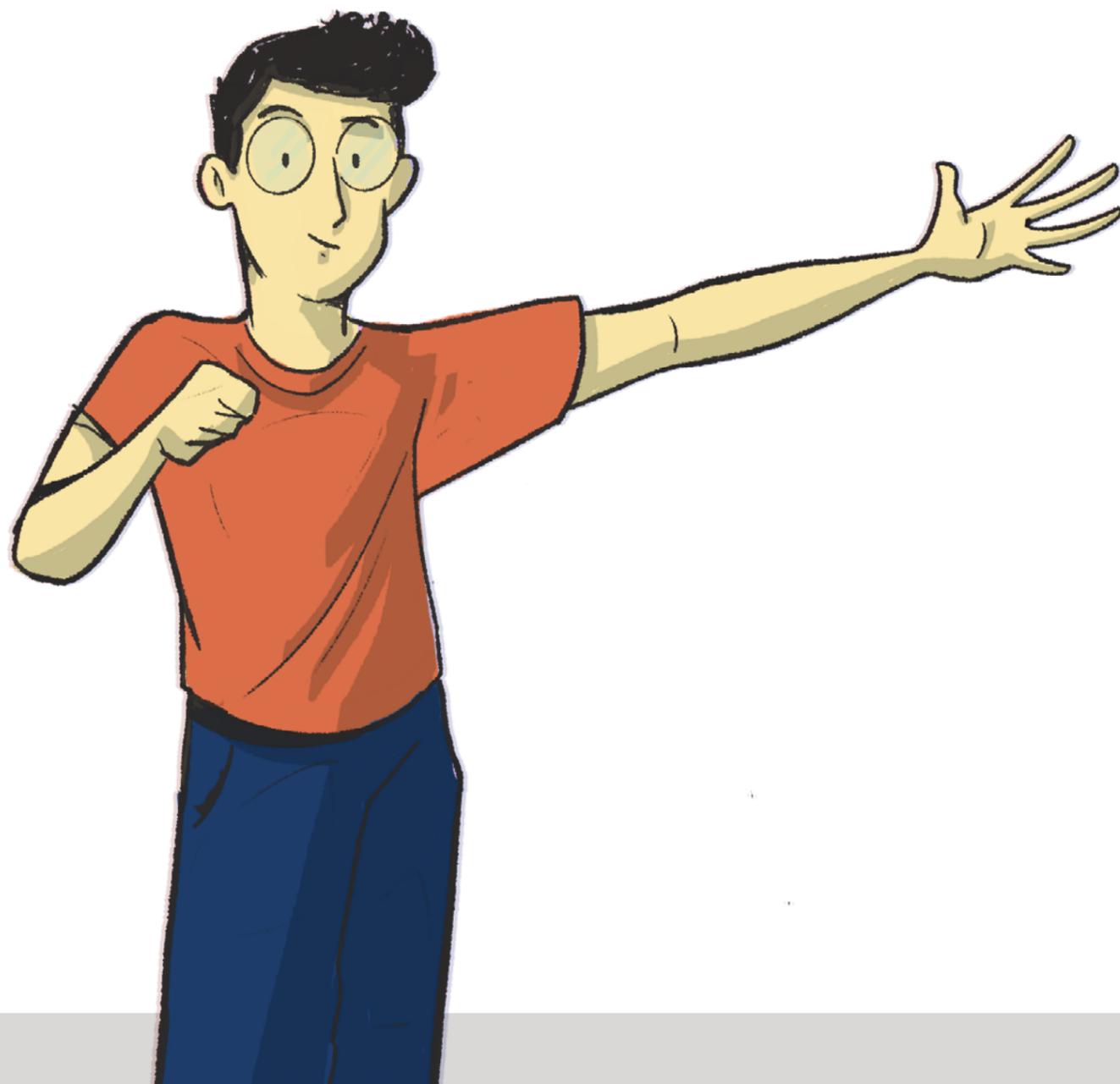
Tabla 5. Aspectos que mejorar del voluntariado realizado 63

Tabla 6. ¿Cómo pueden mejorar las entidades su atención a personas con trastorno mental?. 64

Tabla 7. Otras observaciones 69



Presentación



Carta del Presidente

Este año me gustaría utilizar este espacio para dar las **GRACIAS** a todas las personas que colaboráis como voluntarias en nuestro movimiento asociativo y que habéis sido artífices de muchos logros dentro de SALUD MENTAL ESPAÑA. Venimos de un par de años especialmente duros para la salud mental y, sin embargo, y a pesar de las dificultades, ahí habéis seguido, incansables, adaptándoos a las nuevas circunstancias y consiguiendo metas.

Es un agradecimiento con mayúsculas, porque mayúsculos son los hitos que vamos alcanzando gracias a vuestra labor, esfuerzo y compromiso con la salud mental. El más visible, y quizá uno de los más esperados y ansiados por parte de nuestras entidades, ha sido la puesta en marcha del teléfono 024 de atención a la conducta suicida, resultado de años de insistencia y reivindicación por parte de todos y todas. A este logro, se suman otros muchos, igual de importantes o más, para cada una de las personas voluntarias de SALUD MENTAL ESPAÑA.

Me refiero, por ejemplo, al empoderamiento, la autoestima y el bienestar que alcanzan tanto las personas que hacéis voluntariado, como aquellas que se benefician de él. Son éxitos de incalculable valor, porque son los que realmente y día a día nos animan a continuar; son los que consolidan la fuerza y la capacidad de nuestro movimiento asociativo y nos impulsan a seguir adelante.

Me gustaría, en este punto, destacar y agradecer también el respeto, la motivación, la implicación, la calidad humana y la responsabilidad que caracterizan a nuestras voluntarias y voluntarios. Son personas que cuidan y a las que desde SALUD MENTAL ESPAÑA tenemos el deber de proporcionarles también los cuidados que precisen, atendiendo a sus necesidades, observando, preguntando y escuchando.

Por último, quisiera valorar el aumento de la participación del voluntariado en la encuesta que da lugar a este informe, respecto al año anterior. Es otra muestra más del grado de implicación, ya no solo con el trabajo diario, sino también con la evolución, el crecimiento y el futuro de las entidades de SALUD MENTAL ESPAÑA.

Se perciben las ganas de seguir avanzando y, por eso, desde aquí os animo a que os atreváis a ver los cambios que se producen gracias a vuestra labor, porque solo así es como realmente seguiremos alcanzando logros, consiguiendo metas y otorgando a la salud mental y el bienestar emocional el lugar que merecen en la sociedad.

Nel Anxelu González Zapico

Presidente de SALUD MENTAL ESPAÑA

Introducción



Introducción

Uno de los valores fundamentales con los que cuenta la Confederación SALUD MENTAL ESPAÑA es el voluntariado. Este pilar tremendamente enriquecedor, da soporte y apoyo a través de las personas que, de manera altruista, potencian las actividades y refuerzan el día a día de nuestras asociaciones gracias a su tiempo, experiencia, creatividad, generosidad y contribución.

Como decía Eduardo Galeano «Mucha gente pequeña, haciendo cosas pequeñas, puede cambiar el mundo», y así lo creemos y lo demuestran nuestras voluntarias y voluntarios, cuya labor puede parecer trivial, pero su acción tiene un gran impacto y supone todo lo contrario. El voluntariado, con su entusiasmo y capacidad contribuye con otra mirada, energía, frescura y fuerza, incidiendo en la realidad social y en el cambio necesario.

Las personas que deciden invertir parte de su tiempo voluntariamente en nuestras asociaciones aportan mucho más de lo que en un primer momento pudiera parecer, pues ayudan con su motivación, entusiasmo, entrega y concienciación a personas con problemas de salud mental para transformar la realidad y defender sus derechos sociales en igualdad, para crear un espacio seguro donde crear juntos y juntas otra sociedad más humana, inclusiva y posible. No son simplemente las y los voluntarios quienes ganan, sino todos y todas nosotras,

nuestros usuarios y usuarias, nuestras entidades y nuestra sociedad, como ejemplo de que la solidaridad genera cambio y aporta un valor incalculable para el bienestar social.

Muchas de las personas que realizan su voluntariado en nuestras entidades agradecen lo que aprenden y les aportan las diversas tareas, equipo y colectivo con el que colaboran, pero somos nosotras y nosotros desde la Confederación quienes agradecemos su compromiso, energía, fuerza y capacidad, porque cada aportación cuenta, cada acción tiene un impacto y cada persona voluntaria deja una huella positiva en las y los participantes de los distintos programas, en el equipo de profesionales y en cada entidad.

La situación sociosanitaria ha tenido un fuerte impacto sobre nuestras entidades, haciéndose más necesario que nunca el gran valor del voluntariado en nuestro movimiento asociativo. A pesar de las circunstancias actuales producto de la pandemia por la COVID-19, el ritmo de vida, y las dificultades que cada persona pueda encontrar en su día a día, siguen existiendo personas que dedican su energía de forma altruista gracias a su motivación, implicación, voluntad y capacidad contribuyendo a impulsar las actividades diarias y el apoyo necesario para el colectivo atendido.

El contexto actual también ha influido en la metodología del voluntariado, pues en algunas ocasiones se realizan acciones online o formaciones no presenciales a las que se han sabido adaptar las personas voluntarias con el apoyo de profesionales de referencia de nuestras asociaciones, para superar la brecha digital y seguir aportando y creciendo en común.

Estamos enormemente agradecidos y agradecidas por su ingente labor y contribución, por el positivo impacto en nuestras organizaciones y por el gran valor de su colaboración, tiempo y dedicación. Es necesario promover el reconocimiento, autocuidado y bienestar del voluntariado, para reforzar vínculos y fidelización del mismo, y así se compromete la Confederación SALUD MENTAL ESPAÑA, con una amplia trayectoria y reconocimiento sobre el

mismo, al mismo tiempo que realiza campañas de concienciación social y captación de voluntariado, con el objetivo de seguir defendiendo estos principios.

En 2021 se continuó con la campaña de sensibilización y captación de voluntariado, **#Apoyolasaludmental**, iniciada en 2020, para incentivar —especialmente a la juventud— a que emplee su tiempo libre y de ocio en actividades de voluntariado con las que puedan contribuir a fomentar la calidad de vida y la autonomía y vida independiente de las personas con problemas de salud mental de nuestras más de 300 entidades, al mismo tiempo que aprenden y conocen la realidad del colectivo con el que colaboran. Se desarrollaron un **vídeo** y una serie de infografías para apoyar la difusión y la sensibilización.



1 Perfil personas voluntarias

El perfil tipo de la persona voluntaria corresponde a una mujer joven de entre 18 y 29 años, estudiante de estudios universitarios.

Un amplio porcentaje de personas voluntarias, 30%, sobre todo mujeres, llegan a las asociaciones para la adquisición de experiencia y ampliación de sus conocimientos prácticos, como complemento a la formación, especialmente universitaria, de las ramas sociales.




2 Satisfacción del voluntariado

El voluntariado de la red SALUD MENTAL ESPAÑA es estable y fiel. El 30% del voluntariado lleva más de 5 años en la entidad.

Es un voluntariado muy comprometido y satisfecho. El 98% recomendaría o ha recomendado la labor voluntaria.




3 Desarrollo personal y compromiso social

El desarrollo personal que supone esta labor, así como la satisfacción de sentirse útil, son considerados como puntos fuertes del desempeño de este tipo de trabajos humanitarios. A algunas personas les mueve el compromiso social y la inspiración de poder mejorar el mundo en el que vivimos.

Las personas voluntarias opinan que salud mental es algo común a todas las personas, a lo que todas deberíamos atender y cuidar.




4 Voluntariado diverso y comprometido

Desde SALUD MENTAL ESPAÑA apostamos por un voluntariado diverso y comprometido, fomentando la participación del voluntariado joven, que atienda a las personas usuarias de manera personalizada y adaptando esta atención a las necesidades reales e individuales.

Queremos visibilizar y sensibilizar a la sociedad sobre la salud mental, y sobre las necesidades de las personas con problemas de salud mental, con el objetivo de combatir los prejuicios y estigmas existentes en la sociedad.




5 Formación Continua

Apostamos por la formación continua de las personas voluntarias, dotándolas de habilidades de gestión, coordinación y comunicación, otorgando al mismo tiempo a las personas mayor responsabilidad y autonomía, atendiendo a sus habilidades y conocimientos, y promoviendo la participación de las personas voluntarias en diferentes actividades.




Seguimos impulsando la participación voluntaria de las personas con experiencia propia en salud mental, que les dote de voz propia, que sirva de ejemplo de lucha y alimente la motivación de otras personas con problemas de salud mental y sus familiares y personas allegadas.

Apoyamos los programas y acciones que contribuyen al aumento de las oportunidades laborales y de la inclusión laboral de las personas con problemas de salud mental.

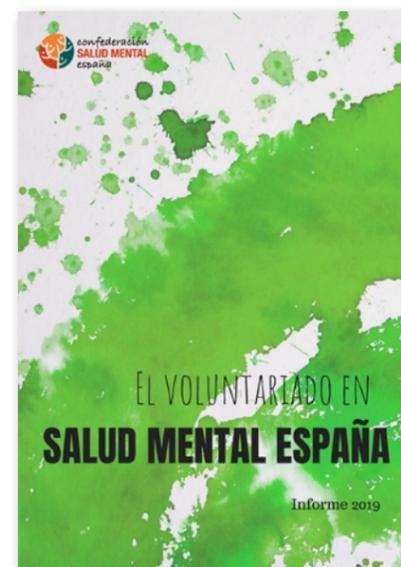
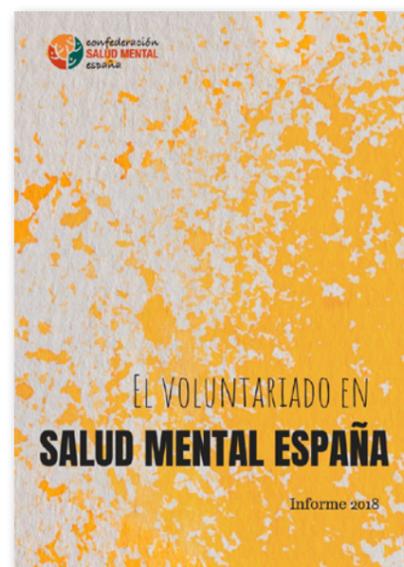



Gracias a este nuevo **Informe de Voluntariado 2021**, y a todas las aportaciones de las personas voluntarias y asociaciones que han participado en la recogida previa de información, podemos conocer por séptimo año consecutivo cuál es el perfil de las personas voluntarias de nuestro movimiento asociativo, sus características, actividades y programas en los que colaboran, así como sus opiniones sobre los aspectos a seguir manteniendo o

reforzar si fuera preciso. Por lo general, contamos con un alto grado de satisfacción en cuanto a la atención recibida, formación y dedicación. Sus aportaciones nos ayudan a mejorar y son de indiscutible valía, pues también tienen un espacio para ser escuchados y escuchadas y sentirse parte de este entramado social en el que participan voluntariamente.

Toda la información recogida en este documento es igualmente importante para las entidades y la sociedad en general, pues ofrece una fotografía de la realidad de nuestro voluntariado, visibilizándolo y valorando su contribución. Además, sirve de reflexión y fuente de conocimiento así como de punto de partida para las acciones

de cambio ante necesidades y retos que se detecten, de manera que podamos seguir trabajando en el movimiento asociativo para mejorar la vida de las personas con problemas de salud mental en conjunto y de manera integral.



Análisis de los resultados



1. El voluntariado del movimiento SALUD MENTAL ESPAÑA en los diferentes territorios

En este gráfico podemos ver los datos vertidos por las entidades miembro de la Confederación SALUD MENTAL ESPAÑA, en relación con el personal voluntario, según nuestro certificado de entidades a fecha de septiembre de 2022, que asciende a **3.588 personas voluntarias** de las que **1.925 han recibido formación**. Se entiende que muchas personas voluntarias llevan ya varios años y han ido recibiendo formación y reciclaje a lo largo de su trayectoria para una mejor intervención con el colectivo en colaboración con el personal profesional de referencia

Destacan las Comunidades de Cataluña, a la cabeza con 1315, Murcia (337), Andalucía (310), Comunidad Valenciana (248), Comunidad de Madrid (219) y Canarias (201) con mayor número de personas voluntarias.

En relación al número de personas voluntarias formadas despuntan Cataluña (451), Extremadura (214), Comunidad Valenciana (203), Región de Murcia (201) y Comunidad de Madrid (183).

Gráfico 1. Total personas voluntarias por CC. AA.

Fuente: Datos correspondientes al Certificado de Entidades de la Confederación SALUD MENTAL ESPAÑA actualizados a fecha de septiembre de 2022, proporcionados por las federaciones y entidades sin incluir las delegaciones.

[Volver a Índice de gráficos y tablas](#)

En el mapa se refleja el porcentaje de personas voluntarias por CC.AA. y el porcentaje de las mismas que ha recibido formación. Así, podemos observar que en la totalidad de las entidades y regiones de nuestro movimiento asociativo se realiza formación para la capacitación y acompañamiento del voluntariado en materia de salud mental, habilidades sociales y otras herramientas

para una adecuada colaboración con el colectivo que nos ocupa, de personas con problemas de salud mental.

Las regiones con mayor personal voluntario formado son Cataluña con el 23,43%, Extremadura con el 11,12%, Comunidad Valenciana con el 10,55%, Región de Murcia con el 10,44% y Comunidad de Madrid con el 9,51%.

Gráfico 2. *Porcentaje personas voluntarias por CC. AA.*

Fuente: Datos correspondientes al Certificado de Entidades de la Confederación SALUD MENTAL ESPAÑA actualizados a fecha de septiembre de 2022, proporcionados por las federaciones y entidades sin incluir las delegaciones.

[Volver a Índice de gráficos y tablas](#)

-  Voluntarios Totales
-  Voluntarios Formados

2. Participación en el estudio del voluntariado del movimiento asociativo SALUD MENTAL ESPAÑA

Gráfico 3. Cantidad de respuestas por comunidades autónomas

Fuente: Cuestionario del estudio Voluntariado SALUD MENTAL ESPAÑA 2021.

[Volver a Índice de gráficos y tablas](#)

Este año la **participación ha sido mayor que en 2021**, con **214 respuestas** y ampliando territorios con una mayoría de respuestas por parte de Canarias y Región de

Murcia, seguida de Comunidad de Madrid, Extremadura y Andalucía.

Gráfico 4. Participación por CCAA segmentada por sexo

Fuente: Cuestionario del estudio Voluntariado SALUD MENTAL ESPAÑA 2021. El porcentaje se basa en el total de personas voluntarias participantes: 214.

-  mujeres
-  hombres

[Volver a Índice de gráficos y tablas](#)



Analizando la **participación por sexo** en las **diferentes Comunidades Autónomas**, seguimos observando que predomina la **participación femenina**; en todas ellas la

participación de mujeres es mayor que la de hombres. Reseñable es el caso de Canarias o Murcia donde la participación de mujeres duplica a la de los hombres.

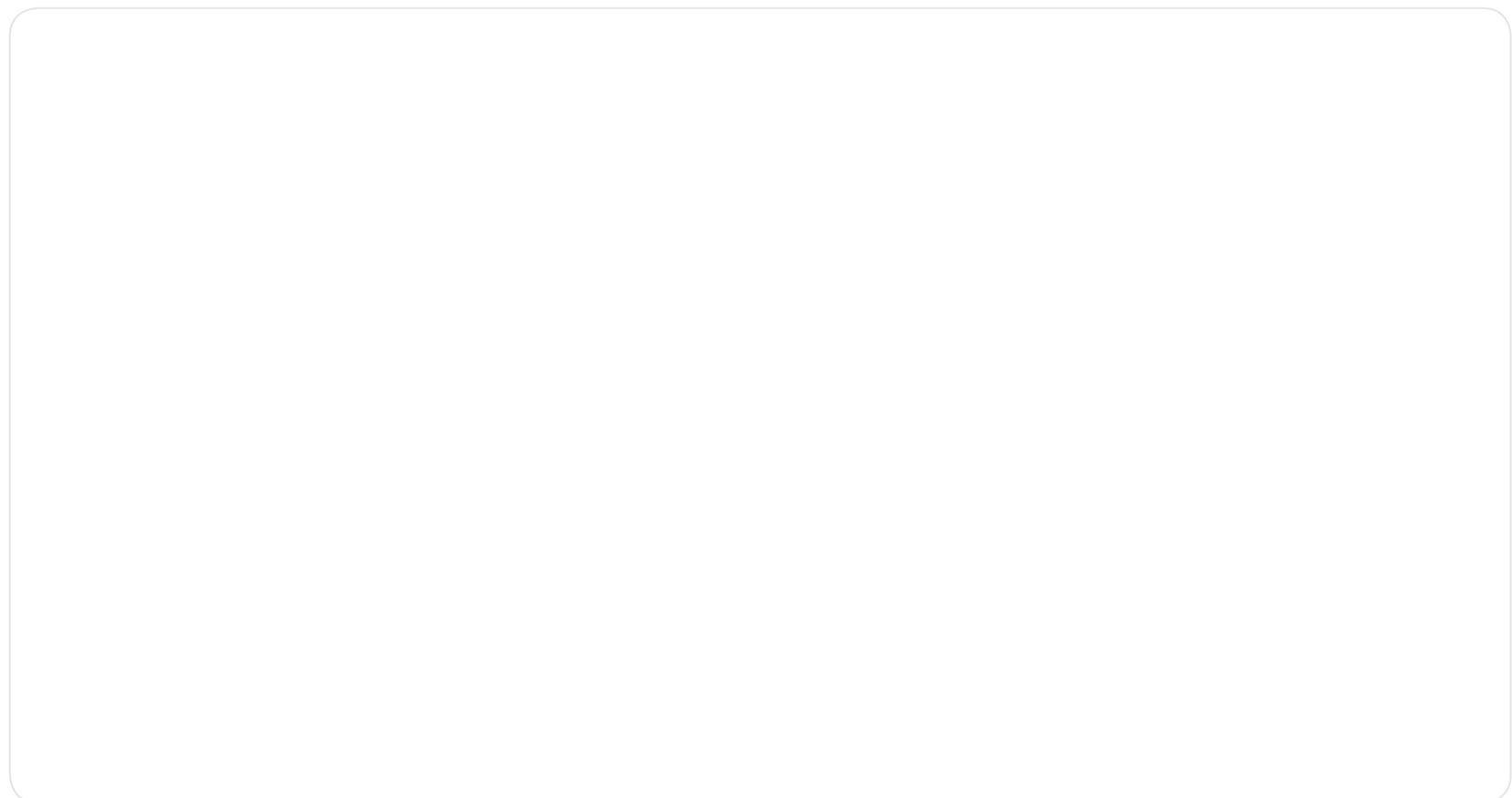
3. Características del voluntariado en el movimiento asociativo SALUD MENTAL ESPAÑA

Sexo de las personas voluntarias

Como en años anteriores la **participación de mujeres** en el presente estudio sigue siendo mayor, con **un 70%**, en comparación a la de los **hombres**, con un **30%**, lo que

también parece ser la realidad de nuestro voluntariado en el movimiento asociativo pues predomina la representación femenina en el tercer sector por lo general.

Gráfico 5. Distribución de las personas voluntarias por sexo



Fuente: Cuestionario del estudio Voluntariado SALUD MENTAL ESPAÑA 2021. El porcentaje se basa en el total de personas voluntarias participantes: 214.

[Volver a Índice de gráficos y tablas](#)

Edad de las personas voluntarias

Este año constatamos, de nuevo, que el **perfil** de la persona voluntaria que participa en las entidades de la red SALUD MENTAL es **heterogéneo en cuanto a edad**, pues personas de todas las edades participan en el programa aportando sus conocimientos, experiencia y su tiempo.

Así, podemos observar cómo el abanico de edad es variado en cuanto al perfil del voluntariado, siendo **la franja predominante la de personas con edades**

comprendidas entre los 18 y 29 años, seguidas de las de más de 60 y, en tercer lugar, las personas con edades comprendidas entre 40 y 49 años.

La tendencia de años anteriores de la disminución del porcentaje de personas jóvenes voluntarias se sigue manteniendo, aumentando el grupo de edad de más de 60 años.

Gráfico 6. Personas voluntarias por rangos de edad

Fuente: Cuestionarios de los estudios de Voluntariado SALUD MENTAL ESPAÑA 2018 a 2021
El porcentaje se basa en el total de personas voluntarias participantes en el estudio cada año.

[Volver a Índice de gráficos y tablas](#)

Al analizar los datos de 2021 por rango de edad y sexo vemos que se sigue manteniendo la tendencia predominante en los últimos años y **vuelve a tener una amplia representación el grupo de edad de mujeres jóvenes de 18 a 29 años**, seguido por la mujeres de más de 60 y las de más de 50.

En relación a **los hombres, el grupo principal se sitúa en la franja de edad de 30 a 39 años**, seguidos por los hombres de más de 60 años, pero con una participación general mucho más reducida que las mujeres en todas las franjas etarias.

Gráfico 7. *Personas voluntarias por rangos de edad y sexo*

Fuente: Cuestionario del estudio Voluntariado SALUD MENTAL ESPAÑA 2021.

[Volver a Índice de gráficos y tablas](#)

Nivel de estudios de las personas voluntarias

El nivel educativo de las personas voluntarias —como venimos constatando en los últimos años— es bastante alto, ya que el **36 %** tiene **estudios universitarios y un 10 % máster o posterior**. Se puede apreciar una lenta tendencia a la baja del perfil universitario, mientras que en 2021 desaparecen de la encuesta las personas que carecen de cualquier tipo de estudios.

El segmento que más ha crecido en 2021 ha sido el de personas procedentes de **Formación Profesional**. Con un crecimiento de **8 puntos porcentuales (8pp)**, representan hoy día, más de una de cada cuatro personas voluntarias (26%). Aumentan también ligeramente este año los datos en formación secundaria —**bachillerato (2 pp)** y **ESO (1 pp)**— y se reduce algo en los casos de quienes sólo poseen **Educación Básica**, que representan el 10% del total.

Gráfico 8. *Personas voluntarias por nivel de estudios*

Fuente: Cuestionarios de los estudios de Voluntariado SALUD MENTAL ESPAÑA 2018 a 2021. El porcentaje se basa en el total de personas voluntarias participantes en el estudio cada año.

[Volver a Índice de gráficos y tablas](#)

Al observar los datos desgregados por sexo y nivel de estudios, se desprende que **más de la mitad de las mujeres participantes poseen estudios superiores** —universitarios y postuniversitarios— y un alto porcentaje ha recibido formación profesional o posee estudios técnicos.

En el caso de **los hombres, el nivel de estudios está más repartido** con representación de formación profesional en primer lugar, seguida de estudios universitarios y, en tercer lugar, Bachiller.

Gráfico 9. *Personas voluntarias por nivel de estudios y sexo*

Fuente: Cuestionario del estudio Voluntariado SALUD MENTAL ESPAÑA 2021.

[Volver a Índice de gráficos y tablas](#)

El rango de **mujeres entre 18 a 29 años con estudios universitarios** es el de mayor presencia entre el voluntariado, y en general, en todos los grupos de edad la formación universitaria es la que predomina frente al resto.

El nivel de estudios en los hombres es más heterogéneo. En el caso de los voluntarios **de 18 a 29 la mitad posee estudios superiores o postgrado y la otra mitad formación técnica o profesional**, tendencia que se sigue manteniendo salvo en los grupos de más de 50 que predominan los hombres con Bachiller y FP frente a estudios superiores.

Gráfico 10. *Personas voluntarias por nivel de estudios, rangos de edad y sexo*

Fuente: Cuestionario del estudio Voluntariado SALUD MENTAL ESPAÑA 2021.

[Volver a Índice de gráficos y tablas](#)

Situación laboral de las personas voluntarias

Con respecto a la situación laboral de las personas voluntarias que prestan su tiempo en entidades del movimiento asociativo de SALUD MENTAL ESPAÑA, se observa un aumento de 2 pp de aquellas que **tienen trabajo (31%)** y de quienes se encuentran **jubiladas (28%)**, en cambio descienden ligeramente (1 pp) **las personas en**

situación de **desempleo** (un **22%** en total). Las personas estudiando representan el 15% —3 pp menos que el año pasado— y en el caso de quienes trabajan por cuenta propia, se ha producido un ligero aumento hasta alcanzar el 4%.

Gráfico 11. Situación laboral de las personas voluntarias

Fuente: Cuestionarios de los estudios de Voluntariado SALUD MENTAL ESPAÑA 2018 a 2021. El porcentaje se basa en el total de personas voluntarias participantes en el estudio cada año.

[Volver a Índice de gráficos y tablas](#)

Analizando los datos en relación a la situación laboral por sexo y tramo etario, observamos que **la gran mayoría de las mujeres se encuentran empleadas en todos los tramos en edad laboral**, y al igual que el año pasado, en el grupo de edad de entre 18 y 29 años, predomina un amplio número de mujeres estudiantes.

En relación a **los hombres, destaca el grupo de hombres voluntarios que son jubilados** al igual que sucedía en años anteriores. También destaca una menor representación de estudiantes con respecto a las mujeres para los más jóvenes.

Gráfico 12. *Situación laboral de las personas voluntarias por sexo*

Fuente: Cuestionario del estudio Voluntariado SALUD MENTAL ESPAÑA 2021.

[Volver a Índice de gráficos y tablas](#)

Gráfico 13. *Personas voluntarias por situación laboral, rangos de edad y sexo*

Fuente: Cuestionario
del estudio Voluntariado
SALUD MENTAL ESPAÑA 2021.

[Volver a Índice de
gráficos y tablas](#)

Gráfico 14. Perfil tipo de las mujeres voluntarias

Fuente: Cuestionario del estudio Voluntariado SALUD MENTAL ESPAÑA 2021.

[Volver a Índice de gráficos y tablas](#)

Perfil tipo de la persona voluntaria

A través de los datos obtenidos en los cuestionarios de voluntariado, reiteramos, que **el número de mujeres supera a la participación de hombres voluntarios**, en todas las franjas de edad.

Así, podemos trazar el perfil de las personas voluntarias de nuestras entidades: un año más vuelve a predominar una mayoría de **mujeres jóvenes de entre 18 y 29 años con estudios universitarios**. Asimismo, otro año más contamos con una amplia representación de mujeres jubiladas de más de 60 años y con estudios universitarios. Por ello, podemos afirmar que las mujeres voluntarias de nuestro movimiento asociativo tienen una mayor cualificación académica con un nivel de estudios mayor que los hombres.



En cuanto a los hombres, el perfil es más heterogéneo en cuanto a edad, nivel de estudios y situación laboral, pero

predominan los **hombres jubilados de más de 60 años.**

Gráfico 15. Perfil tipo de los hombres voluntarios

Fuente: Cuestionario del estudio Voluntariado SALUD MENTAL ESPAÑA 2021.

[Volver a Índice de gráficos y tablas](#)



4. Actividades realizadas como persona voluntaria

¿Por qué las personas deciden ser voluntarias?

Este ítem corresponde a una pregunta abierta en relación a los motivos que les ha llevado a hacer voluntariado. Las respuestas que más se repiten son las que se muestran en la siguiente tabla:

Tabla 1. ¿Por qué las personas deciden ser voluntarias?

Para **ayudar a personas** con problemas de salud mental, colaborar por la **justicia y derechos sociales**.

Por **interés, formación, conocimiento y aprendizaje**.

Por haber recibido ayuda antes al ser **persona afectada por problema salud mental**.

Por **tener familiares o conocidos** con problemas de salud mental.

Por **hacer algo productivo** con su tiempo libre y **sentirse útil**.

Porque **conoce la entidad**.

Para **aportar su conocimiento y experiencia**.

Otros: **soledad, relacionarse, socializar**, ex-trabajador/a de la entidad.

Así, sabemos que la **mayoría de las personas que deciden hacer un voluntariado encuentra su motivación en el deseo de ayudar** a las personas con problemas de salud mental a alcanzar una mayor autonomía, bienestar y calidad de vida, apoyando sus derechos sociales y facilitando su participación e inclusión social, y

contribuyendo al cambio y justicia social. Hay también personas que **tienen interés en conocer más sobre el colectivo** y poder aprender para profundizar y eliminar estereotipos.

Además, hay algunas personas voluntarias que han sido participantes previos en algunas entidades y deciden **devolver a la organización la ayuda recibida a través de su experiencia**.

Igualmente nos encontramos con **familiares, amigos y/o conocidos de personas con problemas de salud mental** que, tras vivir una situación cercana de una persona con algún problema de salud mental, deciden realizar una labor voluntaria en alguna organización del movimiento asociativo.

Por otro lado, algunas personas deciden hacer voluntariado porque tienen tiempo libre y quieren **aportar a la sociedad y sentirse útiles**, o han conocido por otras vías la entidad del movimiento asociativo y quieren colaborar. Existen otras personas que por su experiencia, profesión y/o formación quieren aportar sus conocimientos realizando una labor social voluntaria.

En ciertos casos, hay voluntariado de personas motivadas por otras razones como el **sentimiento de soledad y necesidad de relacionarse, de socializar y establecer nuevos vínculos** para sentirse incluidos socialmente, o haber trabajado profesionalmente en la entidad de manera previa.

Fuente: Cuestionario del estudio Voluntariado SALUD MENTAL ESPAÑA 2021.

[Volver a Índice de gráficos y tablas](#)

¿Cómo se llega a ser persona voluntaria de una entidad de SALUD MENTAL ESPAÑA?

Hay diversas vías por las que se accede al voluntariado y en ocasiones pueden ser varias a la vez. Este año, como novedad, se han incluido en la encuesta dos nuevas variables—«A través de una persona conocida» y «A través de las redes sociales, web e internet»— para valorar el impacto e influencia de las redes de apoyo, así como de eficacia de las acciones digitales para la captación de voluntariado. Los más frecuente es la incorporación al voluntariado por la cercanía con una persona con problemas mentales: bien porque **es familiar o amigo (18%)** porque **conoce a alguien que trabaja en una entidad**

(17%), o bien por tratarse de **personas con alguna experiencia propia en trastorno mental (el 16%)**. También se incorporan a las entidades estudiantes y profesionales del ámbito sociosanitario a quienes les interesa y motiva previamente el colectivo (un 15%), o personas que han realizado prácticas en la entidad (12%). En otros casos son miembros de la Junta Directiva (un 8%), han llegado a la entidad a través de la redes sociales o Internet (5%), por las campañas de sensibilización y/o publicidad de la entidad o por otros motivos diversos (un 6%).

Gráfico 16. ¿Cómo se llega a ser persona voluntaria? Total respuestas.

Fuente: Cuestionario del estudio Voluntariado SALUD MENTAL ESPAÑA 2021. El porcentaje se basa en el total de respuestas obtenidas considerando la opción de respuesta múltiple por persona.

[Volver a Índice de gráficos y tablas](#)

En comparación con los tres años anteriores se aprecia un descenso de las personas que se hacen voluntarias por sus estudios o profesiones **dentro del sector socio sanitario (-7pp)**, frente a un aumento casi equivalente **(+6pp) del porcentaje de familiares o amigos de personas con problemas de salud mental**, manteniéndose igual el porcentaje de personas que previamente han realizado prácticas y deciden continuar con un voluntariado **(17%)**. Por primera vez se ha preguntado en la

encuesta —por eso no hay comparativa con los años previos en este apartado— si se accede al voluntariado a través de **una persona conocida (11%)** o si ha sido gracias a las **redes sociales y a Internet (24%)**. Sin embargo, al preguntar si el acceso se deriva de la propia **publicidad o las actividades realizadas por la entidad, apenas un 6% reconoce esa influencia**. El factor determinante de ser miembro de junta directiva se reduce prácticamente a la mitad.

Gráfico 17. ¿Cómo se llega a ser persona voluntaria?

Fuente: Cuestionarios de los estudios de Voluntariado SALUD MENTAL ESPAÑA 2018-2021. El porcentaje se basa en el total de personas voluntarias participantes en el estudio cada año.

[Volver a Índice de gráficos y tablas](#)

Tiempo de voluntariado en una entidad salud mental

Por los datos observados, parece desprenderse que las personas que realizan voluntariado en nuestras entidades suelen tener vocación para seguir desarrollando a lo largo de los años una labor altruista de manera continuada.

Una de cada 3 personas — **28%**— lleva **más de 5 años** en la entidad, el **22%** entre **2 y 5 años** y un **16%** entre **1 y 2 años**. El mismo porcentaje del 16% se aplica a las personas que llevan de 6 meses a un año y un 18% las que llevan menos de 6 meses con su voluntariado en la entidad.

Gráfico 18. *Tiempo como persona voluntaria en la entidad*

Fuente: Cuestionarios de los estudios de Voluntariado SALUD MENTAL ESPAÑA 2018-2021. El porcentaje se basa en el total de personas voluntarias participantes en el estudio cada año.

[Volver a Índice de gráficos y tablas](#)

Comparando con años anteriores, vemos cómo se mantiene e incluso **aumenta con respecto al año anterior (+3 pp) las personas con más antigüedad**. Desciende

ligeramente el porcentaje de personas que realizan voluntariado entre 2 y 5 años, pero la tendencia sigue siendo constante.

Gráfico 19. *Tiempo como persona voluntaria por sexo*

Fuente: Cuestionario del estudio Voluntariado SALUD MENTAL ESPAÑA 2021.

[Volver a Índice de gráficos y tablas](#)

Haciendo referencia al enfoque de género podemos observar en este gráfico que, como venimos detallando a lo largo de este informe, **la participación femenina es mayor que la de los hombres** pero, además, tiende a consolidarse en cuanto a la duración de su voluntariado. **Predominan las mujeres que llevan más de 5 años** como voluntarias, seguidas de las que hacen voluntariado entre 2 y 5 años y, también igualado, el grupo de voluntarias que lleva entre 1 año y 2 años, y menos de 6 meses.

En el caso de los hombres, los bloques de antigüedad más **predominantes** son las de **los voluntarios que llevan más de 5 años** y entre 2 y 5 años pero, en general, el número de hombres voluntarios es menor que el de mujeres.

Tiempo dedicado a la labor voluntaria

Siguiendo la tónica del año anterior un amplio sector del voluntariado suele participar **una vez a la semana (31%)**, seguido de las personas que realizan su voluntariado **más de una vez por semana (25%)** y del grupo que asiste sólo a actividades puntuales (21%). En otros casos, hay personas que acuden una o dos veces al mes (12%) y que realiza su voluntariado con otra frecuencia sin especificar (11%).

Con respecto al año anterior, los porcentajes son muy similares. Aunque disminuye (6pp) el número de personas que colaboran más de una vez por semana, aumentan las que dedican su tiempo una o dos veces al mes y una vez a la semana.

Gráfico 20. *Tiempo dedicado a la labor voluntaria*

Fuente: Cuestionarios de los estudios de Voluntariado SALUD MENTAL ESPAÑA 2018-2021. El porcentaje se basa en el total de personas voluntarias participantes en el estudio cada año.

[Volver a Índice de gráficos y tablas](#)

¿A quién va dirigida la labor como persona voluntaria?

Principalmente, la mayoría de las respuestas de nuestro voluntariado apunta a que **su labor se dirige a personas con problemas de salud mental en un 40%** de las respuestas obtenidas, porcentaje muy similar al del año pasado. De las respuestas obtenidas el **25% se dirige a**

la colaboración con profesionales de la entidad, un **15% colaboran con los familiares** de las personas con problemas de salud mental, un 12% se dirige a la sociedad en general y un 6% de los casos la labor se dirige a otras personas voluntarias.

Gráfico 21. ¿A quién se dirige la labor como persona voluntaria? Total respuestas

Fuente: Cuestionario del estudio Voluntariado SALUD MENTAL ESPAÑA 2021. El porcentaje se basa en el total de respuestas recibidas; se permitían varias respuestas por pregunta.

[Volver a Índice de gráficos y tablas](#)

Al hacer una retrospectiva de los últimos años, volvemos a constatar que se mantiene la tendencia y la mayoría del voluntariado dirige su **actividad a personas con problemas de salud mental en un 75 %** de los casos. Además un **46 % coopera** con otros profesionales de la **entidad**

y con familiares (28%). Un **22 %** del voluntariado considera que su labor se dirige **a la población en general**, en labores de apoyo a la sensibilización y la lucha contra el estigma.

Gráfico 22. ¿A quién se dirige la labor como persona voluntaria?

Fuente: Cuestionarios de los estudios de Voluntariado SALUD MENTAL ESPAÑA 2018-2021. El porcentaje se basa en el total de personas voluntarias participantes en el estudio cada año.

[Volver a Índice de gráficos y tablas](#)

Programas en los que participa como persona voluntaria de la entidad

Viendo las respuestas a esta pregunta de opción múltiple, observamos que principalmente son los programas de **actividades de ocio y tiempo libre** en los que más invierten el tiempo las personas voluntarias (con un **28%** de respuestas de la muestra), seguidos de **programas de sensibilización (16%)**, **actividades formativas (15%)** y de

acompañamiento en gestiones (14%). Estos datos reflejan que la labor voluntaria se realiza con la intervención directa con las personas con problemas de salud mental y en acciones de sensibilización social.

Gráfico 23. *Programas en los que participa el voluntariado – total respuestas*

Fuente: Cuestionario del estudio Voluntariado SALUD MENTAL ESPAÑA 2021. El porcentaje se basa en el total de respuestas recibidas; se permitían varias respuestas por pregunta.

[Volver a Índice de gráficos y tablas](#)

En el siguiente gráfico podemos observar la evolución de los últimos cuatro años en relación a los programas en los que participan las personas voluntarias. Así, vemos que sigue destacando la participación en programas de **actividades de ocio y tiempo libre con un 56%**, con 2pp más que el año pasado, seguido por las actividades de **sensibilización que se mantienen en un 32%**. Llama la atención que **la participación en actividades formativas**

desciende en 8 pp lo que puede deberse a la modalidad telemática producto de la COVID y la brecha digital. Aumenta otros **8 pp las actividades para acompañamiento en gestiones (27%)**, y el **apoyo a las gestiones de la entidad** se encuentra en un **21%**, 3 pp por debajo del año pasado. El resto de la participación en los programas se mantiene más o menos estable con respecto a los valores del año pasado.

Gráfico 24. *Programas en los que participa el voluntariado*

Fuente: Cuestionarios de los estudios de Voluntariado SALUD MENTAL ESPAÑA 2018-2021. El porcentaje se basa en el total de personas voluntarias participantes en el estudio cada año.

[Volver a Índice de gráficos y tablas](#)

Tipo de actividades realizadas principalmente en la entidad

La participación del voluntariado en las actividades de la entidad están repartidas en el **apoyo a la organización de un taller (26%)**, **participación en eventos y actos públicos de la entidad (23%)** y **actividades de apoyo a**

un monitor/a (22%). Se aprecia una menor participación en la planificación de actividades (15%), en la colaboración de apoyo a la gestión de la organización (8%), y en el apoyo a las actividades básicas de la vida diaria (2%).

Gráfico 25. Tipo de actividades realizadas por el voluntariado – total respuestas

Fuente: Cuestionario del estudio Voluntariado SALUD MENTAL ESPAÑA 2021. El porcentaje se basa en el total de respuestas recibidas; se permitían varias respuestas por pregunta.

[Volver a Índice de gráficos y tablas](#)

Al comparar temporalmente la participación por tipo de actividad del voluntariado se constata un **aumento de 8pp al apoyo en la organización de un taller o actividad** con un 52%. El resto de las actividades se mantiene de manera muy parecida al año anterior pues la mayoría se

concentra en la participación en eventos y actos públicos de la entidad con un 45%, el apoyo a las actividades a un monitor/a (43%, con una subida de 8pp con respecto al año anterior) o el apoyo en la planificación de actividades (con un 29%).

Gráfico 26. Tipo de actividades realizadas por el voluntariado

Fuente: Cuestionarios de los estudios de Voluntariado SALUD MENTAL ESPAÑA 2018-2021. El porcentaje se basa en el total de personas voluntarias participantes en el estudio cada año.

[Volver a Índice de gráficos y tablas](#)

5. Actividad voluntaria y COVID-19

Impacto de la pandemia en las actividades desarrolladas por el voluntariado

Aún seguimos con los efectos de la pandemia y la crisis sociosanitaria provocada por la Covid-19. A pesar de ello, un **43%** de las personas voluntarias participantes **se ha sentido más implicada** y ha apoyado a quien más lo necesitaba.

Un 28% ha disminuido su tiempo de dedicación, un 5% ha interrumpido su labor periódicamente y el 7% ha

interrumpido totalmente su colaboración como persona voluntaria.

Los datos son similares a los del año pasado excepto en relación a la disminución del tiempo de dedicación, que sube en casi 20 pp con respecto al 2020.

Gráfico 27. Impacto de la pandemia en tiempo/dedicación.

Fuente: Cuestionario del estudio Voluntariado SALUD MENTAL ESPAÑA 2021.

[Volver a Índice de gráficos y tablas](#)

En el siguiente gráfico vemos el impacto de la pandemia en las actividades de las personas voluntarias. Casi la mitad, un **47%**, **opina que se ha adaptado a las circunstancias y ha podido continuar** con su labor de voluntariado, frente a un 15% de voluntariado que interrumpió su colaboración como persona voluntaria. Un 13% se ha

adaptado y ha empezado a participar en otras actividades nuevas necesarias, y otro tanto asegura que continúa su misma labor pero además participa en otras actividades. Por último, un 12% señala otras razones sin especificar el impacto que ha tenido la pandemia en las actividades que desarrolla como voluntario.

Gráfico 28. *Impacto en las actividades desarrolladas por el voluntariado.*

Fuente: Cuestionario del estudio Voluntariado SALUD MENTAL ESPAÑA 2021.

[Volver a Índice de gráficos y tablas](#)

Grado de adopción de medidas de seguridad e higiene por parte de la entidad

El **97%** de las personas que participaron en la encuesta para la elaboración de este informe considera que las **medidas adoptadas han sido satisfactorias** para realizar

las labores de voluntariado, con lo que casi el total de la muestra estaría satisfecha con la seguridad e higiene adoptadas por parte de la entidad durante la pandemia.

Gráfico 29. Satisfacción con las medidas de seguridad adoptadas por la entidad

Fuente: Cuestionario del estudio Voluntariado SALUD MENTAL ESPAÑA 2021.

[Volver a Índice de gráficos y tablas](#)

6. Formación y promoción del voluntariado

Formación recibida de parte de la entidad mientras se realiza el voluntariado

En el siguiente gráfico observamos el porcentaje de personas que han recibido **algún tipo de formación** sobre salud mental durante su voluntariado, cifra que asciende hasta **el 90%**. Esta tendencia ha sido una constante a lo

largo de los años en el voluntariado del movimiento asociativo porque una gran mayoría recibe formación sobre la materia para seguir cumpliendo el objetivo de calidad y acompañamiento a las personas voluntarias.

Gráfico 30. Formación recibida durante la labor voluntaria

Fuente: Cuestionario del estudio Voluntariado SALUD MENTAL ESPAÑA 2021. El porcentaje se basa en el total de personas voluntarias participantes: 214.

[Volver a Índice de gráficos y tablas](#)

La relación de las personas que recibieron formación en cuanto al sexo muestra un alto porcentaje tanto de mujeres como de hombres. Hay que tener en cuenta que las mujeres voluntarias suponen un mayor número,

por lo tanto la cifra de mujeres formadas es mayor (**92% de mujeres** recibieron formación frente a un **84% de hombres**).

Gráfico 31. Formación recibida – datos por sexo

Fuente: Cuestionario del estudio Voluntariado SALUD MENTAL ESPAÑA 2021.

[Volver a Índice de gráficos y tablas](#)

Valoración de la formación recibida

El **54% de las personas voluntarias opina que la formación recibida es completamente satisfactoria**, lo que supone 16pp menos que el año pasado, un 30% que es muy satisfactoria con 10pp más que el año pasado, y un 11% que es satisfactoria con 4 pp más que el año pasado.

En general, las personas voluntarias se muestran muy interesadas y agradecidas en recibir formación y conocer más acerca la de la salud mental y el colectivo atendido.

Gráfico 32. Valoración de la formación recibida

Fuente: Cuestionarios de los estudios de Voluntariado SALUD MENTAL ESPAÑA 2018-2021. El porcentaje se basa en el total de personas voluntarias participantes en el estudio cada año.

[Volver a Índice de gráficos y tablas](#)

Tipo de formación recibida

En cuanto al tipo de formación recibida por parte del voluntariado, el **24%** de las respuestas recibidas, afirmó haber recibido **información general** de la entidad y el movimiento asociativo, el **15%** recibió información sobre **salud mental y rehabilitación psicosocial**, el **12%** recibió información sobre **habilidades sociales y de comunicación**, un **9%** sobre **autonomía personal**, un **7%** sobre

herramientas básicas para la intervención con personas con problemas de salud mental y un **6% sobre género e igualdad**. Otra formación recibida fue sobre las medidas de prevención y adaptación debido al COVID-19 (un 6%), prevención de riesgos laborales (5%), recursos de la localidad (4%), reciclaje del voluntariado (3%), adicciones (3%), y otros (2%).

Gráfico 33. Tipo de formación recibida – total respuestas

Fuente: Cuestionario del estudio Voluntariado SALUD MENTAL ESPAÑA 2021. El porcentaje se basa en el total de respuestas recibidas; se permitían varias respuestas por pregunta.

[Volver a Índice de gráficos y tablas](#)

Las cifras en relación a otros años y al tipo de formación, en general son similares al año pasado. **La mayoría del voluntariado recibe información general de la entidad y del movimiento asociativo**, con un 79% en 2021

—5 pp más que en 2020—. Sin embargo descendió en **6 pp** las personas que afirman haber recibido formación en **género e igualdad**, así como en los aspectos de **salud mental y rehabilitación psicosocial**.

Gráfico 34. Tipo de formación recibida

Fuente: Cuestionarios de los estudios de Voluntariado SALUD MENTAL ESPAÑA de 2018 a 2020. El porcentaje se basa en el total de personas voluntarias participantes en la encuesta cada año.

[Volver a Índice de gráficos y tablas](#)

7. Satisfacción con la labor voluntaria

Expectativas previas antes de realizar el voluntariado

La mayoría de las personas encuestadas, un **72%**, tienen como expectativa previa al realizar su voluntariado poder **contribuir a la mejora social y bienestar** del colectivo atendido pero también —un **56%**— desea **sentirse útil**, o bien, un **49%**, **desea ampliar su conocimiento y experiencia** sobre la salud mental y las personas atendidas, mientras que el **46%** **pretende desarrollarse personalmente**.

Hay otras personas que aspiran a dar y recibir apoyo emocional, a desarrollarse profesionalmente o a aumentar sus habilidades sociales de respeto, empatía y escucha y reducir estereotipos.

Gráfico 35. Expectativas previas de las personas voluntarias

Fuente: Cuestionario del estudio Voluntariado SALUD MENTAL ESPAÑA 2021.

[Volver a Índice de gráficos y tablas](#)

Grado en que se han cumplido las expectativas tras el voluntariado

Al contrastar las expectativas con el grado de cumplimiento, podemos ver cómo la gran mayoría siente que las cumple, así el **61% ha cumplido completamente sus expectativas**, un **27%** encuentra que las ha cumplido **mucho**, un **9% bastante**, y un **2% poco**. Por ello, podemos

deducir el **alto grado de satisfacción del voluntariado** al ver cumplida sus expectativas gracias al apoyo del personal profesional de las entidades del movimiento asociativo SALUD MENTAL ESPAÑA.

Gráfico 36. Grado de cumplimiento de las expectativas

Fuente: Cuestionario del estudio Voluntariado SALUD MENTAL ESPAÑA 2021

[Volver a Índice de gráficos y tablas](#)

Grado en el que el voluntariado se siente implicado con la entidad

Gráfico 37. Grado de implicación con la entidad

Fuente: Cuestionarios de los estudios de Voluntariado SALUD MENTAL ESPAÑA de 2018 a 2020. El porcentaje se basa en el total de personas voluntarias participantes en la encuesta cada año.

[Volver a Índice de gráficos y tablas](#)

En relación al grado de implicación de la entidad, un **55 % del voluntariado se siente completamente implicado**, cifra algo menor que la del año pasado (-13pp), un **29 % se siente bastante** implicado (6pp más que en 2020) y un 15 % bastante implicado. Es necesario seguir haciendo

partícipe a nuestro voluntariado como pieza clave de este engranaje y dándoles el lugar y reconocimiento que merecen para que también las personas voluntarias se sientan apoyadas adecuadamente e implicadas en nuestras organizaciones.

Grado en el que el voluntariado se siente acompañado por el equipo de profesionales de la entidad

Gráfico 38. Acompañamiento de profesionales

Fuente: Cuestionarios de los estudios de Voluntariado SALUD MENTAL ESPAÑA de 2018 a 2020. El porcentaje se basa en el total de personas voluntarias participantes en la encuesta cada año.

[Volver a Índice de gráficos y tablas](#)

Para que el equipo de voluntariado se sienta implicado, satisfecho y con sus expectativas cumplidas, **es fundamental la implicación, seguimiento y acompañamiento por parte de las y los profesionales que**

conforman nuestro movimiento asociativo. Así, un **74% del voluntariado se siente completamente acompañado**, cifra muy similar a la de años anteriores, un **20% muy acompañado** y un **6% bastante acompañado**.

Reconocimiento de la labor voluntaria por parte de la entidad

Siguiendo en la línea anterior, analizando los datos de este gráfico vemos cómo el **69%** se siente **completamente reconocido** por parte de la entidad, un **23% muy reconocido** y un **7% bastante reconocido**. Sólo un uno por ciento se siente poco reconocido. De nuevo tenemos

que agradecer el papel de nuestras entidades y profesionales en estos resultados, pues no es sólo contar con el voluntariado, sino reconocer su valor y contribución y hacérselo constar.

Gráfico 39. Reconocimiento de la labor voluntaria por parte de la entidad

Fuente: Cuestionario del estudio Voluntariado SALUD MENTAL ESPAÑA 2021. El porcentaje se basa en el total de personas voluntarias participantes: 214 respuestas.

[Volver a Índice de gráficos y tablas](#)

Cambios en la forma de comprender a las personas con problemas de salud mental a través del voluntariado

La gran mayoría del voluntariado opina que tras realizar su labor altruista con el colectivo de personas con problemas de salud mental **su comprensión se ve afectada y varía en un 82 % de los casos**. Es un dato muy significativo que muestra cómo se rompen los prejuicios,

estereotipos e ideas preconcebidas al ganar aprendizaje y experiencia con el colectivo y la salud mental. **Nuestro voluntariado se convierte así en agentes de cambio y sensibilización social.**

Gráfico 40. Cambios en la forma de comprender a las personas con trastorno mental

Fuente: Cuestionario del estudio Voluntariado SALUD MENTAL ESPAÑA 2021. El porcentaje se basa en el total de personas voluntarias participantes en la encuesta cada año.

[Volver a Índice de gráficos y tablas](#)

Sólo un 10 % no siente que cambie su comprensión sobre el colectivo y la salud mental al realizar su

voluntariado, un 6 % no está seguro y un 2 % argumenta otras razones.

Aportaciones del voluntariado a nivel personal

Casi todo el voluntariado del movimiento asociativo afirma que les ha cambiado en algún sentido la comprensión de este colectivo tras su colaboración.

Muchas personas afirman tener una mayor comprensión, conocimientos y aprendizaje más profundo sobre las personas con problemas con salud mental. Asociado a ello se encontraría **la ruptura de estigmas, estereotipos y prejuicios que han ido eliminado** gracias a su participación en el voluntariado, con una apertura de mente y la eliminación de juicios de valor.

En este sentido, esta ampliación de conocimiento y contacto, en muchos casos directo, con personas con problemas de salud mental, **les ha hecho enriquecerse de esta diversidad, con una mayor empatía y respeto**, pudiendo ver el potencial que toda persona tiene independientemente de si se ve afectada o no por un problema de salud mental. Sólo se trata de darles una oportunidad.

En muchos casos **muestran gratitud** hacia el colectivo y la organización donde colaboran con su voluntariado.

También afirman que ese cambio a nivel personal se ve reflejado en una **mayor autoestima, bienestar, motivación y empoderamiento**, así como un desarrollo personal y **adquisición de competencias comunicativas y habilidades sociales básicas**, como la escucha o la capacidad de agradecer y habilidades sociales complejas como la inteligencia emocional, la asertividad o la gestión y comunicación emocional.

Gracias a su colaboración como personal voluntario **han ganado experiencia y formación**, lo que podrán usar en su vida diaria y/o profesional, y además, han ganado valores positivos como la esperanza gracias a la solidaridad y la posibilidad de mejora de un problema de salud mental para la persona y su entorno.



En la siguiente tabla, podemos comprobar algunas de las opiniones más habituales para el voluntariado sobre esta cuestión:

Fuente: Cuestionario del estudio Voluntariado SALUD MENTAL ESPAÑA 2021.

[Volver a Índice de gráficos y tablas](#)

Tabla 2. Aportaciones del voluntariado a nivel personal

¿Cómo ha cambiado tu forma de comprender a este colectivo tras tu voluntariado?
¿Qué te ha aportado a nivel personal?

Mayor **comprensión**, aprendizaje y conocimiento del colectivo.

Desmitificar prejuicios, romper estigmas y estereotipos, eliminación de juicios de valor.

La riqueza de la **diversidad**.

Mayor **empatía**, respeto y gratitud.

Ver el **potencial** de cada persona al darles la oportunidad.

Mayor **autoestima**, bienestar, motivación y empoderamiento.

Desarrollo personal, enriquecimiento, adquisición de habilidades sociales.

Experiencia y formación.

Esperanza.

Aportaciones personales al voluntariado realizado

Fuente: Cuestionario del estudio Voluntariado SALUD MENTAL ESPAÑA 2021.

[Volver a Índice de gráficos y tablas](#)

Tabla 3. Aportación personal en el voluntariado realizado	
¿Qué crees que aportas tú?	
Acompañamiento	y apoyo.
Socialización	y alternativas de ocio.
Escucha	activa.
Bienestar ,	motivación y alegría.
Comprensión	y confianza.
Conocimientos	y experiencia.
Integración y participación.	
Paciencia.	
Empatía.	
Otros.	

Al preguntar a las personas que colaboran con alguna entidad del movimiento asociativo sobre cuáles son las aportaciones personales en su labor, **la mayoría responde que acompañamiento y apoyo, pero también bienestar motivación y alegría.** Además, ofrece a las personas con problemas de salud mental una alternativa de ocio y socialización que les permite aumentar y garantizar su participación e integración social.

Asimismo, al estar en un espacio seguro, **las personas con problemas de salud mental sienten confianza** con el voluntariado y este aporta su comprensión, conocimientos y experiencia.

Las personas voluntarias aportan muchas otras capacidades y valores, como **paciencia, empatía, seguridad, alegría, etc.** Toda persona es única y transmite principios muy positivos en su voluntariado, de ahí la importancia y valor de su acción solidaria y desinteresada.

Satisfacción como persona voluntaria en una entidad de salud mental españa

Analizando los datos vertidos en este gráfico, vemos cómo el **66 %** de las personas participantes en el cuestionario se sienten **completamente satisfechas** como personas voluntarias, cifra algo inferior al año pasado en 8 pp, un **26 % afirma sentirse muy satisfechas** y un

6% bastante satisfecha. En general, el clima de satisfacción del voluntariado es muy elevado y se muestran altamente satisfechos y satisfechas con su contribución y labor altruista.

Gráfico 41. Satisfacción como persona voluntaria

Fuente: Cuestionarios de los estudios de Voluntariado SALUD MENTAL ESPAÑA de 2017 a 2020. El porcentaje se basa en el total de personas voluntarias participantes en la encuesta cada año.

[Volver a Índice de gráficos y tablas](#)

Recomendación de hacer voluntariado en una entidad

Gráfico 42. Recomendación del voluntariado en la entidad

Fuente: Cuestionarios de los estudios de Voluntariado SALUD MENTAL ESPAÑA de 2018 a 2019. El porcentaje se basa en el total de personas voluntarias participantes en la encuesta cada año.

[Volver a Índice de gráficos y tablas](#)

Si revisamos este gráfico, y dado el nivel de satisfacción mostrado por el voluntariado, entendemos cómo **la gran mayoría (un 80%) recomienda a otras personas realizar voluntariado** en la entidad en la que prestan su tiempo, y

un **19% afirma haberlo recomendado ya**. Es importante la labor de difusión del voluntariado que realizan las propias personas a través de su experiencia, y así se lo reconocemos y agradecemos.

8. Puntos fuertes y propuestas de mejora

Necesidades de las personas voluntarias para continuar y fidelizar su labor

Gráfico 43. Necesidades para continuar y fidelizar la labor voluntaria

Fuente: Cuestionario del estudio Voluntariado SALUD MENTAL ESPAÑA 2021. El porcentaje se basa en el total de personas voluntarias participantes 214 respuestas.

[Volver a Índice de gráficos y tablas](#)

En el Tercer Sector, una de las cuestiones que más preocupan en cuanto al voluntariado es su fidelización y continuidad, y cómo lograr que así sea.

En este gráfico tratamos de dar respuesta y solución a esta cuestión. En esta pregunta de opción múltiple, podemos encontrar respuestas variadas pero en línea con la contribución al bienestar social para seguir manteniendo y desarrollando la actividad voluntaria. Así, **un 35 % necesita sentirse útil** para fidelizar su labor. Hay quien afirma

que necesita **flexibilidad** de tiempo, otras personas requieren **mayor participación** o algunas personas **formación** sobre el colectivo atendido y salud mental, con un **31 %** cada una. Un **23 %** necesita **apoyo** y seguimiento por parte de la entidad para continuar, un **18 % motivación**, un **16 % una mayor participación** en la intervención directa con el colectivo, un **14 % reconocimiento** y un **6 % mayor autoestima**. Un 1% responden que nada y un 0,5% otras necesidades de diversa índole.

Aspectos positivos del voluntariado realizado

Fuente: Cuestionario del estudio Voluntariado SALUD MENTAL ESPAÑA 2021. Preguntas abiertas o de opción múltiple.

[Volver a Índice de gráficos y tablas](#)

Tabla 4. Aspectos positivos del voluntariado realizado

Señala los dos aspectos más positivos de tu labor voluntaria

Compromiso
Ayuda
Contribución social
Sentirme útil
Respeto
Motivación
Aprendizaje
Calidad Humana
Implicación
Dedicación
Responsabilidad
Mejorar el bienestar del colectivo atendido
Satisfacción personal
Aportar mi experiencia
Comprensión
Acompañamiento
Reconocimiento a mi labor
Socialización
Reducción de prejuicios y estereotipos

En cuanto a los aspectos positivos del voluntariado, se valora **el compromiso, la ayuda y el sentimiento de utilidad, la contribución social y la mejora del bienestar** de las personas con problemas de salud mental. Igualmente se mencionan otros valores –como el **respeto, la motivación, la implicación, la dedicación, la calidad humana o la responsabilidad**–, que mejoran la autoestima y empoderamiento de la persona que realiza voluntariado.

Es **muy valorado el conocimiento, aprendizaje, comprensión y formación** adquiridas gracias al voluntariado. Todo ello supone una satisfacción personal, valorando el reconocimiento a su labor y experiencia aportada.

Se considera **muy importante la reducción de los prejuicios y estereotipos** al estar en contacto con personas con problemas de salud mental, y la socialización con el colectivo, otras personas voluntarias, familiares y profesionales que conforman la entidad que suponen una fuente de enriquecimiento y conocimiento.

Aspectos que mejorar del voluntariado realizado

Fuente: Cuestionario del estudio Voluntariado SALUD MENTAL ESPAÑA 2021. Preguntas abiertas o de opción múltiple.

[Volver a Índice de gráficos y tablas](#)

Tabla 5. Aspectos que mejorar del voluntariado realizado
Señala los dos aspectos a mejorar en tu labor voluntaria
Tener más tiempo
Aprendizaje
Formación
Compromiso
Implicación
Autoestima
Empatía
Innovación
Comunicación
Motivación
Tolerancia a la frustración
Mayor participación e intervención directa
Seguimiento y apoyo al voluntariado
Uso del lenguaje con el colectivo atendido

Una gran mayoría de personas voluntarias consideran que habría que mejorar el tiempo que invierten y dedican, que les gustaría disponer de más tiempo para implicarse más y con mayor compromiso. A nivel personal reconocen que **deberían mejorar su autoestima, empatía, motivación y tolerancia a la frustración.**

Otro aspecto que se señala es la **necesidad de seguir formándose** y aprendiendo para ofrecer un voluntariado de calidad, por ejemplo, con la adquisición del lenguaje y terminología apropiado para el colectivo atendido, lo que permite mejorar su comunicación y habilidades sociales y, por tanto, ser más eficaces en su labor altruista.

¿Cómo pueden mejorar las entidades su atención a las personas con problemas de SALUD MENTAL?

Fuente: Cuestionario del estudio Voluntariado SALUD MENTAL ESPAÑA 2021. Preguntas abiertas o de opción múltiple.

[Volver a Índice de gráficos y tablas](#)

Tabla 6. ¿Cómo pueden mejorar las entidades su atención a personas con trastorno mental?

Aspectos a mejorar por parte de las entidades

Tiempo adecuado a la formación, acompañamiento y seguimiento del voluntariado
Más recursos económicos y humanos
Mejor gestión de recursos
Mayor presupuesto en materiales para el voluntariado
Reorganización de servicios según necesidades
Más formación
Tener en cuenta la opinión del voluntariado
Mayor difusión y visibilización de los servicios
Captación del voluntariado
Empoderamiento de voluntariados y usuarios/as
Acercando recursos y voluntariado al ámbito rural
Fomentar la motivación en usuarios y voluntarios
Más espacios de encuentro
Más trabajo en red
Mayor incidencia política y coordinación con otras administraciones para políticas sociales
Mejora de las instalaciones e infraestructuras
Más implicación con las familias de personas con problemas de salud mental
Mayor participación
Sensibilización social

Por parte de la entidad los aspectos que se estiman que deben mejorar son la **dotación de mayores recursos** (humanos y económicos) que repercute en los programas y proyectos sociales y, por ende, en el voluntariado para fidelización, compromiso y satisfacción al contar con recursos de calidad.

En este sentido no sólo se valora el tener mayores recursos, sino el realizar una **buena gestión** de los mismos según las necesidades para ser más operativos.

A la hora de garantizar su participación como voluntarios y voluntarias, es importante **que se les tenga en cuenta** y se les escuche, por lo que las entidades deberían garantizar que así fuera y promover la creación de espacios de encuentro para el voluntariado y reconocimiento de su labor.

La participación también debe **incluir a los y las familiares** de las personas con problemas de salud mental.

También, se estima importante el poder realizar una **planificación** y calendarización de acciones adecuada y con antelación acorde a la realidad y necesidad que favorezca y facilite la labor del voluntariado para una mejor organización de su tiempo y disponibilidad.

Uno de los aspectos más valorados por parte del voluntariado es la participación y colaboración en la **intervención directa** con el colectivo atendido, por lo que hay que mejorar el tipo de actividades que permitan al voluntariado conseguir este objetivo, y reforzar su formación y conocimiento sobre las personas con problemas de salud mental si fuera preciso. Es importante cuidar al equipo profesional y dotarles de herramientas para el apoyo y seguimiento al voluntariado, así como atender y velar por el equipo de voluntariado y su salud mental, atendiendo a sus necesidades, guiando, observando, escuchando y apoyando.

Se considera importante reforzar la **difusión de la organización** y la labor que realizan así como elaborar una formación continua al voluntariado, garantizando su conocimiento con la realidad tratada. Es necesario también, continuar incrementando la **divulgación de los programas de voluntariado** así como el desarrollo de actividades con el fin de **obtener mayor captación y fidelización de las personas voluntarias** interesadas en colaborar con las entidades del movimiento asociativo.

El voluntariado entiende que las entidades deben **mejorar la comunicación y la innovación**, ya que esto también repercute en la acción voluntaria y los resultados obtenidos.

Cada persona voluntaria tiene unas particularidades y debería poder hacerse un seguimiento, apoyo y formación acorde a cada una de ellas, invirtiendo el tiempo necesario para su **empoderamiento y capacitación**.

La **formación** también debe ir orientada **al personal profesional** de la entidad para que pueda realizar un mejor trabajo.

Se deben superar las barreras geográficas y **garantizar el voluntariado también en las áreas rurales** para fomentar la cercanía de los servicios y la participación e inclusión social.

El **trabajo en red** es importante si queremos confirmar una buena atención y calidad de vida de las personas con problemas de salud mental, así pues, según la opinión de las personas voluntarias, es fundamental reforzar este *networking*, la comunicación y la colaboración entre las distintas entidades.

Algunas personas voluntarias consideran importante **mejorar la calidad de las infraestructuras** de la entidad y sus instalaciones, de manera que sean accesibles y que ayuden a superar diversas brechas como la digital.

Igualmente deben seguir aumentando las **campañas de sensibilización** con las que potenciar la incidencia de las entidades en la vida pública para generar un cambio en la sociedad y en las políticas sociales que repercutan en los derechos de las personas con problemas de salud mental y garanticen su desarrollo, autonomía personal y calidad de vida.

Otras observaciones

Fuente: Cuestionario del estudio Voluntariado SALUD MENTAL ESPAÑA 2021.

[Volver a Índice de gráficos y tablas](#)

Tabla 7. Otras observaciones

Agradecimiento a la entidad y la labor que realiza.

Aún hay mucha **gente sin diagnóstico** que necesita ayuda.

Necesidad de **más medios y recursos** en todos los servicios y entidades de salud mental.

Es importante **ser escuchados** y sentirse partícipes y tenidos/as en cuenta.

Mayor representación en la **toma de decisiones**.

Menos medicación y **más psicoeducación**.

Más **formación**.

Otras observaciones que añade el voluntariado a tener en cuenta es la importancia de un **diagnóstico** (y si es temprano mejor) para una correcta intervención y calidad de vida de la persona con problemas de salud mental, la **formación** en salud mental por parte de todos los actores implicados en el movimiento asociativo, o la necesidad de **más medios y recursos económicos y humanos** en todos los servicios y entidades de salud mental públicos y privados.

También, se considera muy relevante la **representación** en la toma de decisiones de las entidades, **ser escuchados** y tenidos en cuenta para una participación efectiva y eficaz y que el voluntariado se sienta respetado y valorado. Coinciden en que se debe seguir trabajando y sensibilizando para que haya una **mayor psicoeducación** y **reducción de medicación**. Y, por último, de nuevo el voluntariado agradece el apoyo recibido por parte de la entidad, y muestra su agradecimiento a la labor que realiza.

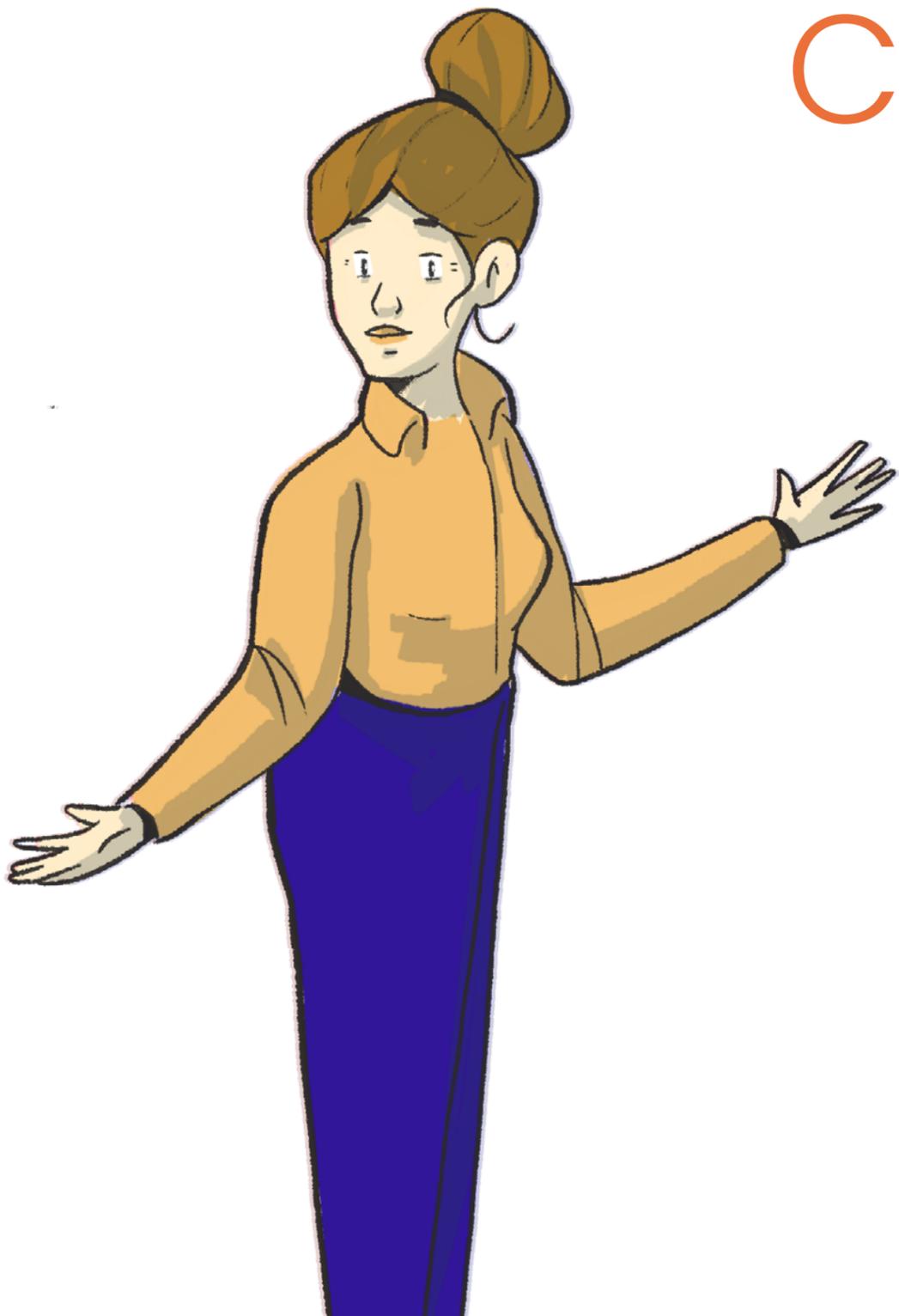


Compartimos algunas aportaciones personales interesantes y representativas:

Fuente: Cuestionario del estudio Voluntariado SALUD MENTAL ESPAÑA 2021.

- «**Continuar avanzando en la reivindicación de derechos** de las personas con problemas de salud mental e incidencia política».
- «El **trabajo** que realizáis es **extraordinario**, el equipo de profesionales es magnífico».
- «Mayor número de actividades de promoción de la salud y autonomía. Formación de personas usuarias para su integración en la vida. Pienso que debería de haber **otro enfoque que fomente mayores capacidades** en las personas con estas problemáticas».
- «Creo que sería importante **tener más presencia en el ámbito educativo** como prevención y sensibilización».
- «**Involucrar a más voluntarios** con ganas de luchar por los estereotipos y ayudar a las personas de salud mental».
- «Se puede **mejorar dotando de más recursos** por parte de las administraciones públicas a las entidades para la puesta en marcha de programas y actividades».
- «Yo creo que estáis haciendo una labor maravillosa y que el único paso que falta ya es **fomentar la incorporación al mundo laboral**, a puestos de trabajo remunerados y acordes con el nivel de estudios de las personas con problemas de salud mental. Seguir fomentando la formación en salud mental en las distintas entidades, y crear puestos de trabajo remunerados en las propias asociaciones, a través de la figura de la asistencia personal o a través de grupos de ayuda mutua».

Conclusiones



— Perfil del voluntariado

Partiendo de la muestra de personas voluntarias que respondieron al cuestionario, podemos afirmar que nuevamente **la gran mayoría del voluntariado está representada por las mujeres**, siendo un 70%, frente a un 30% de hombres.

La mayor representación por rango de edad y sexo se da entre **mujeres jóvenes de entre 18 a 29 años**, seguida por las mujeres con más de 60 años. Entre los hombres la participación principalmente se sitúa entre los hombres con edades comprendidas entre los 40 y 49 años seguidos muy de cerca por los hombres mayores de 60 años.

Continuamos con una **variedad en cuanto a la franja etaria** del perfil del voluntariado, pues si bien la franja mayoritaria se da en las edades comprendidas entre los 18 y 29 años, hay representación del más del 15% en todas las franjas de edad, siendo la segunda franja de edad la comprendida por las personas de más de 60 años. Así se desprende que esta horquilla de edad es la que más está aumentando mientras disminuye ligeramente el porcentaje de las personas más jóvenes.

En cuanto al nivel de estudios, es notable un año más el grupo de **mujeres con estudios universitarios (40%)**, seguidas de las mujeres con formación profesional o estudios técnicos. En cuanto a los hombres también

destacan estos dos grupos aunque primero con formación profesional y después con estudios universitarios, pero en menor número que las mujeres.

Analizando la situación laboral, similar a la del año anterior, los datos muestran que la mayor parte de las **mujeres están trabajando (32%)** frente a un 25% de mujeres desempleadas y un 17% de mujeres estudiantes.

En cuanto a los **hombres, el 44% son jubilados frente a un 28% de hombres trabajadores.**

Por las cifras se desprende que **el número de mujeres voluntarias supera al de hombres voluntarios en los diferentes niveles de estudios y con distintas situaciones laborales.**

Como se observa en años anteriores, podemos afirmar que **el nivel educativo de las mujeres voluntarias del movimiento asociativo es más elevado que el de los hombres voluntarios.**

Un año más corroboramos y concluimos que el perfil tipo del movimiento asociativo de SALUD MENTAL ESPAÑA es el de una **mujer joven de entre 18 y 29 años, estudiante de estudios universitarios.**

— Funciones y desempeño

Las personas deciden hacerse voluntarias por un lado para **ayudar al colectivo** de personas con problemas de salud mental en la **reivindicación de sus derechos** y, por otro, también por interés, **formación, conocimiento y aprendizaje**.

Acuden como voluntarias y voluntarios en muchos casos por ser **familia o tener amistad** con alguna personas con problemas de salud mental (25%), por tener una persona conocida (11%), tener problemas de salud mental (22%), ser estudiante y/o profesional de la rama sociosanitaria (21%) o haber realizado previamente prácticas en la entidad (17%).

Este año, como novedad en la encuesta, se ha interrogado sobre las personas que llegaron a ser voluntarias gracias a las **redes sociales e internet**, con un resultado muy destacado. Esto demuestra que las campañas de sensibilización y concienciación realizadas a través de este medio están surtiendo un positivo efecto en el voluntariado y, especialmente, entre las personas más jóvenes. Las campañas publicitarias en redes ya se utilizaban en años anteriores como herramientas para la sensibilización y captación de voluntariado, pero no había un ítem concreto en el cuestionario de satisfacción del voluntariado. Ahora, por primera vez, se incluye este dato para su mapeo y monitorización.

En 2021 aumentó ligeramente el porcentaje del **tiempo que llevan como personas voluntarias**: un 28% lleva más de 5 años. **Las mujeres siguen siendo quienes más prolongan su permanencia en la entidad**, destacando también el porcentaje de aquellas mujeres que después de más de 2 años continúan como voluntarias. En el caso de los **hombres**, también destacan aquellos que llevan más de 5 años en la entidad. Por lo que se observa una tendencia a permanecer como voluntarios en nuestras entidades y fidelizar su labor voluntaria.

La mayor parte de las personas —el 31%— dedica **una vez a la semana** a su voluntariado, y un 25% acude más de una vez a la semana a nuestras entidades.

La mayoría de las acciones y actividades de las personas voluntarias —75%— se dirigen a las personas con problemas de salud mental pero también se da apoyo a los profesionales (un 46%), familiares y a sensibilizar a la población en general.

Los programas en los que participan se enmarcan principalmente en **actividades de ocio y tiempo libre** (56%), actividades de sensibilización (32%), actividades formativa (30%). Las actividades en las que colaboran están encuadradas en el apoyo para la organización de un taller o actividad (52%), participación en eventos y actos públicos de la entidad (45%) o actividades de apoyo a un monitor/a (43%).

Se observa un aumento en el apoyo a la organización de un taller o actividad, y en actividades de apoyo a un monitor/a. Este aumento puede deberse a que se han retomado las actividades presenciales que fueron frenadas por la crisis sociosanitarias de la COVID-19.

Es importante **trabajar** también con el voluntariado **en la reducción y transformación de la brecha digital** y la formación necesaria para su completa integración en los programas pues con la pandemia muchas de las actividades y reuniones se han digitalizado y necesitamos garantizar estos recursos a nuestro voluntariado, especialmente entre las personas mayores de 60 años que no están tan familiarizadas con las nuevas tecnologías.

— Actividad voluntaria y COVID-19

- El **43%** afirma haberse sentido **más implicado y ha apoyado** en lo que han podido, frente a un 28% que ha disminuido su tiempo de dedicación.
- El **47%** se ha adaptado y **ha continuado con su labor de voluntariado**, y un 13% se ha adaptado a las circunstancias dado apoyo en actividades nuevas.
- Entre **un 15% y 7%** ha **interrumpido su labor voluntaria** durante la pandemia, cifras ligeramente más altas con respecto al año pasado.
- **La gran mayoría ha recibido formación** sobre prevención de riesgos y medidas por la pandemia y se muestran **muy satisfechas**, un **97%** de la muestra, **con las medidas adoptadas** por la entidad.

— Formación recibida

La gran mayoría de las y los voluntarios, **90%**, ha recibido algún tipo de **formación** durante el año y su labor voluntaria, cifras similares a los años anteriores.

Continúa la tendencia de años anteriores, de una **mayor proporción de mujeres que de hombres que recibieron formación**. Así, vemos cómo el 92% de las mujeres han recibido formación frente al 8% que no, mientras que en el caso de los hombres el 84% recibió formación frente a un 16% que no.

Como suele ser habitual, la formación recibida ha sido **muy positivamente valorada**. El **84%** se considera **completamente o muy satisfecho/a** con ella.

El **79% de las personas han recibido información** general sobre la entidad y movimiento asociativo, seguido del **47%** de personas **sobre salud mental y rehabilitación psicosocial** y el **39%** en **habilidades sociales y de comunicación**.

— Satisfacción del voluntariado

En general, el voluntariado de la red SALUD MENTAL ESPAÑA se muestra **completamente o muy implicado con la entidad en un 84 % de los casos**, lo que refleja su grado de compromiso.

Para lograr que el voluntariado alcance sus expectativas, se sienta partícipe, integrado e implicado, es fundamental que todo el **equipo profesional dé apoyo a la persona voluntaria a lo largo de su labor, para facilitarle su actividad y poder hacer seguimiento y orientación**. Y según los datos analizados, el 94% se siente completamente o muy acompañado por los profesionales de la entidad donde prestan su labor de manera altruista.

Una gran mayoría admite que ha **cambiado su forma de comprender a las personas con problemas de salud mental** — el 92% opina que ha cambiado completamente o mucho su concepción al respecto—, derribando prejuicios, estereotipos, miedos, etc., sobre el colectivo atendido y el área de intervención, por lo que han ganado aprendizaje, conocimientos y experiencia vitales y profesionales.

El poder contribuir al bienestar y la justicia social, el sentirse útil, ampliar conocimientos y experiencia sobre el colectivo, así como el **crecimiento profesional y personal**, son aspectos altamente valorados por el voluntariado.

Sentirse reconocidas por parte de la entidad — el 92% así lo afirma— y **ver cumplidas de forma mayoritaria o completamente las expectativas** que tenían al iniciar su voluntariado —así ocurre en el 88% de las personas consultadas— son factores que inciden muy positivamente en su deseo de continuidad y en la fidelización de su labor voluntaria.

Lo que más aportan es **motivación, ganas, entusiasmo, y habilidades sociales** tanto básicas, como complejas, tales como la escucha activa, la empatía, la asertividad, etc., así como emociones positivas, como el entusiasmo, la alegría, la esperanza y el optimismo. Las personas voluntarias se sienten reconfortadas con el apoyo, cercanía y compañía que pueden ofrecer al colectivo atendido.

De modo general, podemos afirmar que el grado de satisfacción del voluntariado de nuestro movimiento asociativo es muy elevado. El informe destaca los **altos niveles de satisfacción** de las personas voluntarias, a nivel personal y con el desarrollo de las actividades, pues el 92% está altamente o muy satisfecho con su labor. Esto se demuestra también con el alto porcentaje de personas voluntarias, el **99%**, que **recomendarían o ya han recomendado** el voluntariado en la entidad en la que colaboran.

— Puntos fuertes y propuestas de mejora

En cuanto a los **aspectos más positivos del voluntariado**, destacan la satisfacción personal, el compromiso, el sentimiento de ayuda o utilidad, así como el aprendizaje, la comprensión, la reducción de prejuicios que ayudan a romper el estigma, la sensación de pertenencia e implicación así como el respeto, el aprendizaje adquirido y aportado y el acompañamiento.

Las personas voluntarias sienten que ganan y se enriquecen con esta experiencia, que se desarrollan a nivel personal y profesional al mismo tiempo que aportan con su labor al colectivo atendido, y esta ganancia les compensa y mejora su autoestima y estado anímico.

Sienten, además, que pueden sensibilizar a otras personas, que ayudan como agentes de cambio a visibilizar y concienciar a la sociedad sobre las necesidades y reivindicaciones de la salud mental.

Por otro lado, consideran importante el **poder adquirir más conocimientos y aprendizaje sobre el colectivo atendido**, les gustaría poder implicarse más y tener más tiempo libre para poder dedicarlo al voluntariado y ganar en habilidades sociales y comunicativas cuidando en lenguaje que consideran esencial para no herir y reducir el estigma. Además, les gustaría participar más activamente en la intervención directa con el colectivo y poder apoyar a otras personas voluntarias con su ejemplo y experiencia.

Consideran que **las entidades pueden mejorar aportando el tiempo y la formación necesaria** a cada persona que decida realizar un voluntariado en la entidad, para poder contar con la información necesaria y precisa; así como ofrecerles el apoyo y seguimiento necesarios, además de facilitarles espacios para su participación activa teniendo en cuenta sus aportaciones. Deben saber gestionar y mejorar los recursos humanos, técnicos y económicos para la optimización de la actividad voluntaria

favoreciendo su empoderamiento. Es necesario realizar una mayor difusión que visibilice los servicios y actividades de la entidad para la captación y sensibilización del voluntariado. Es importante, en su opinión, que las entidades sigamos siendo portavoces de las personas con problemas de salud mental, para la defensa de sus derechos, realizando una labor de sensibilización social y reivindicación e incidencia política.

En definitiva consideran que el **voluntariado es una herramienta para mejorar la atención que las personas con problemas de salud mental reciben, pero no supe a un o una profesional**, sino que dan un trato a veces más humano basado en su experiencia, pero siempre contando con unas nociones básicas sobre el colectivo, programa de intervención o actividad implementada en la que participen.

Juntos y juntas se consigue la normalización del colectivo y su inclusión social para mejorar su nivel de bienestar.

El trabajo en red y la escucha y participación del voluntariado redundan en beneficio de la entidad y por tanto de la persona atendida.

También es importante tener en cuenta sobre el voluntariado el poder **reducir la brecha de género, transformar la brecha digital y acercar y poder garantizar las opciones de voluntariado al ámbito rural** con los medios adecuados.

Es igualmente necesario e importante **poner en valor y reconocer la labor voluntaria** y darles el espacio para su empoderamiento y acompañamiento en la resolución de dudas, posibles conflictos y necesidades que puedan surgir.

En conclusión, como necesidades entienden la **formación, el sentirse útil y poder contar con flexibilidad de tiempo** para poder fidelizar la labor de voluntariado.

Recomendaciones



Gracias a los datos e información extraídos de la muestra de este informe, podemos determinar **el perfil, la frecuencia y el tiempo empleado, los grados de satisfacción, la implicación de las personas, los puntos fuertes y/o las mejoras** en relación al voluntariado en nuestras entidades de la red SALUD MENTAL ESPAÑA.

Todo ello nos permite extraer **conclusiones para las buenas prácticas** y poner en común las **recomendaciones que nos dan para seguir avanzando** juntos, creciendo y

enriqueciendo los programas de voluntariado y todo lo que conlleva.

Desde la Confederación SALUD MENTAL ESPAÑA queremos **detener la mirada no sólo en los datos cuantitativos, sino también en los cualitativos**, en las opiniones, sugerencias, necesidades y deseos expresados por las personas voluntarias. Y, por ello, lo compartimos dentro de nuestro movimiento asociativo, para la gestión del conocimiento y **seguir implementando mejoras** que nos proporcionen el éxito y la eficacia de nuestros objetivos.

— En referencia a la gestión del voluntariado

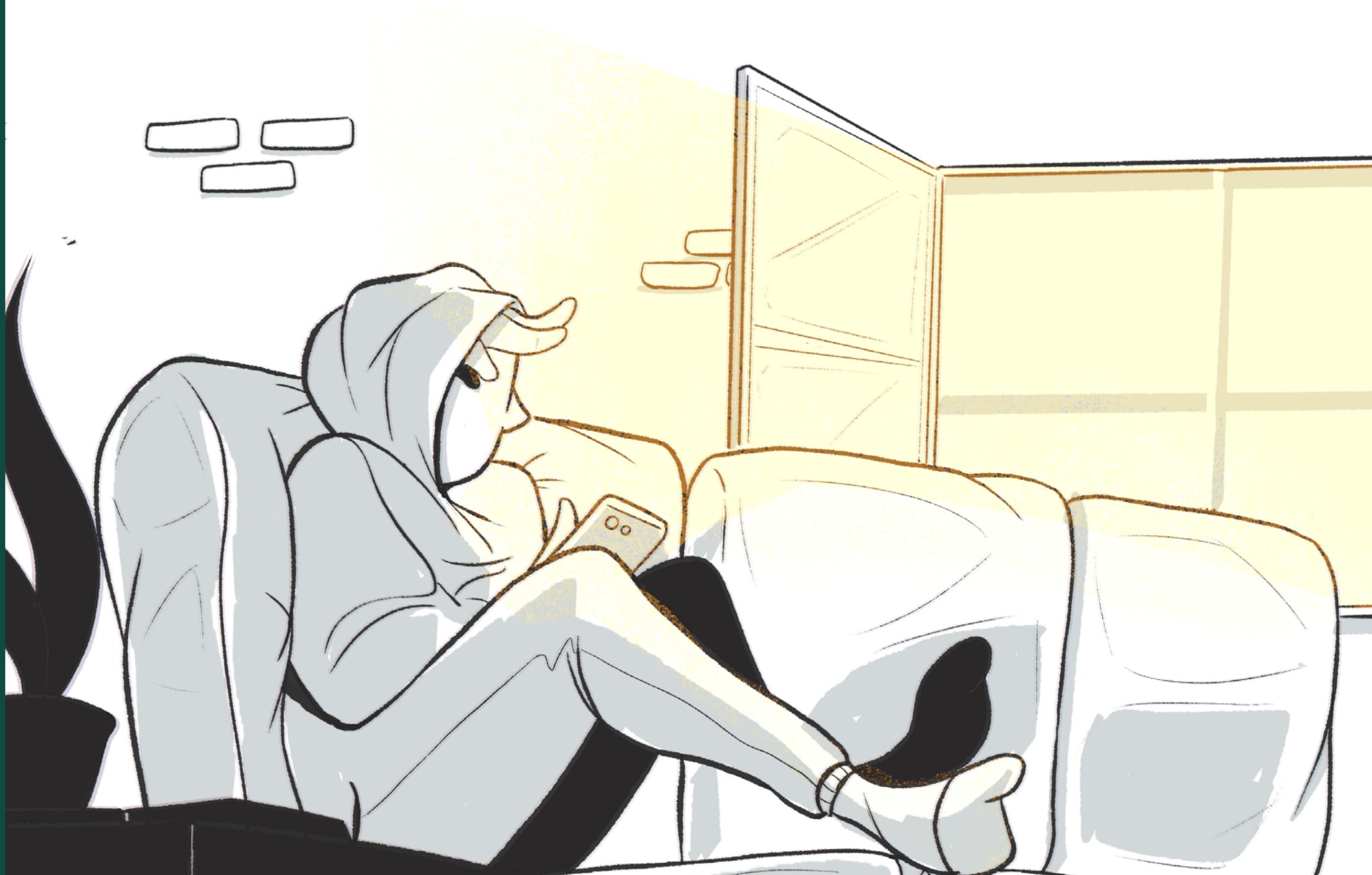
- Reforzar la **participación del voluntariado masculino**, especialmente entre los más jóvenes pues el perfil sigue siendo predominantemente femenino y debemos enriquecer y romper estereotipos sobre los roles para el cuidado y la ayuda, apostando por una perspectiva de género pero enriqueciendo y fomentando la diversidad.
- No descuidar la **participación de todos los grupos de edad**, no sólo de las personas jóvenes o de personas jubiladas, sino que todos los grupos etarios puedan estar representados y aportar desde su experiencia. El voluntariado es posible desde todas las edades.
- **Formación y reciclaje del voluntariado** para garantizar una buena atención al colectivo atendido y un conocimiento del contexto, habilidades sociales y comunicativas, derechos y deberes así como las nociones básicas sobre salud mental, para romper estereotipos y luchar contra el estigma. Además, es necesario dar a conocer las buenas prácticas y formar en perspectiva de igualdad.
- **Apoyo y seguimiento continuado** para que el voluntariado se sienta guiado, acompañado e implicado a lo largo de todo el proceso. Es importante que reciban feedback, que se puedan implementar mejoras, y que se garanticen los canales para una comunicación continuada y fluida para que así sea.
- **Fidelización del voluntariado**: trabajar para garantizar la fidelización y no sólo la captación del voluntariado, a través de espacios de encuentro y comunicación, garantizando la cobertura de sus necesidades.
- La importancia del **autocuidado y bienestar** es de vital importancia que las personas que van a ejercer el voluntariado se preocupen por su bienestar, sabiendo hasta dónde pueden llegar para garantizar su salud física y mental.
- **Reconocimiento a su labor y a todo el valor que aportan**, para que sean conscientes del aprendizaje, enriquecimiento y enriquecimiento que supone no sólo para las personas que realizan el voluntariado, sino para el equipo profesional, las entidades y todo el movimiento asociativo SALUD MENTAL ESPAÑA.

- **Creación y facilitación de espacios para la participación** y ser escuchados como parte de la entidad, es importante que se sientan no sólo útiles, sino tenidos en cuenta y cuya opinión cuente.
- **Formación al equipo que va a coordinar el voluntariado:** no es sólo necesario que las personas que van a invertir de manera altruista su tiempo en nuestras entidades reciban formación sobre el voluntariado, los programas, actividades, entidad, colectivo atendido o salud mental. Es necesario que el equipo de profesionales que va a coordinar y gestionar al voluntariado también esté formado, sepa en qué consiste, qué funciones tienen y qué se espera de ellos y ellas, para que todas las expectativas se vean cumplidas y los derechos de todas las partes implicadas garantizados.
- Seguir trabajando en el fomento de la **participación** voluntaria de las **personas con experiencia propia en salud mental**, que les dote de voz propia, que sirva de ejemplo de lucha y alimente la motivación de otras personas con problemas de salud mental.
- Mejorar la **atención y apoyo a las familias**, aumentando su participación de forma voluntaria en diversas actividades e involucrándolas más directamente en el desarrollo de las actividades de las entidades.
- **Participación del voluntariado en todos los programas y actividades de la entidad**, no sólo en acciones de ocio y tiempo libre donde fundamentalmente colaboran, sino en las demás líneas de intervención, prevención y sensibilización para fomentar la inclusión social y desarrollo personal del colectivo atendido.

— En referencia a la gestión y desarrollo de actividades de las entidades

- **Visibilización, difusión y sensibilización** sobre el papel del voluntariado el trabajo de la entidad y los programas, acciones, eventos y actividades en los que intervienen, así como los resultados alcanzados e impacto conseguido. Esto ayuda no sólo al reconocimiento que comentábamos previamente sino a la captación. Es importante usar las **redes sociales** y **web** como medio de difusión y sensibilización pues se ha visto en los resultados de este informe cómo es una vía utilizada para la búsqueda de información de voluntariado especialmente entre las personas más jóvenes.
- **Personalización de los servicios:** no hay que olvidar que estamos tratando con personas, por lo que debemos hacer esfuerzo por dar un trato de calidad, humano y adaptados a cada persona y necesidad.
- **Recursos adecuados:** para que nuestro voluntariado pueda desempeñar adecuadamente sus funciones, debemos poner a su alcance los recursos técnicos y tecnológicos necesarios garantizando el acceso a la tecnología digital, formación, y materiales necesarios para la cobertura de su intervención el buen desarrollo de los programas y actividades en las que participan.
- Diseño y planificación de **programas y actividades dirigidas a garantizar la inclusión social, autonomía y bienestar social** de las personas con problemas de salud mental, donde el voluntariado también pueda y deba intervenir.

Directorio de Federaciones y Asociaciones Uniprovinciales miembro de SALUD MENTAL ESPAÑA





Si te interesa participar como voluntario o voluntaria en alguna de las asociaciones que conforman el movimiento asociativo SALUD MENTAL ESPAÑA, contacta con la asociación uniprovincial o federación de tu comunidad autónoma. Allí te darán información y podrán ponerte en contacto con la asociación más cercana a tu lugar de residencia:

Federación Andaluza de familiares y personas con enfermedad mental (Federación SALUD MENTAL ANDALUCÍA)

Avda. de Italia, 1 -Bloque 1 – Local - 41012 Sevilla

Tel.: 954 23 87 81

feafesandalucia@feafesandalucia.org

www.feafesandalucia.org

Federación Salud Mental Aragón

c/ Ciudadela, s/n-Parque de las Delicias- Pabellón de Santa Ana - 50017 Zaragoza

Tel.: 976 53 24 99

feafesaragon@hotmail.com

www.feafesaragon.com.es

Asociación de familiares y personas con enfermedad mental de Asturias. AFESA Salud Mental Asturias

c/ Emilio Llaneza, 3 y 5 - 33011 Oviedo

Tel.: 985 11 51 42

coordinacion@afesasturias.org

www.afesasturias.org

Federación Salud Mental Canarias

c/ Don Quijote, 36, local, - 38203 San Cristóbal de La Laguna (Santa Cruz de Tenerife)

Tel.: 650 286 442

federacion@saludmentalcanarias.org

www.saludmentalcanarias.org

Salud Mental Cantabria (ASCASAM)

c/ Isabel II, 211.º Izquierda - 39002. Santander
Tel.: 942 36 41 15
sede@ascasam.org
www.ascasam.org

Federación Salud Mental Castilla – La Mancha

Avda. Río Boladiez, 62 Local A - 45007 Toledo
Tel.: 925 28 43 76
info@feafesclm.com
www.feafesclm.com

Federación Salud Mental Castilla y León

Pza. Marcos Fernández n.º 2, Oficina F. - 47014 Valladolid
Tel.: 983 30 15 09
info@saludmentalcyl.org
www.saludmentalcyl.org

Federació Salut Mental Catalunya

c/ Nou de Sant Francesc, 42 - 08002 Barcelona
Tel.: 93 272 14 51
federacio@salutmental.org
www.salutmental.org

Asociación Salud Mental Ceuta

Pza. Rafael Gibert, 27. Bajo - 51001 C.A. de Ceuta
Tel.: 956 75 73 49
acefep@gmail.com
www.acefep.org

Federación FEAFES SALUD MENTAL Extremadura

c/ San José, 49 B - 6200. Almendralejo (Badajoz)
Tel.: 682 63 21 00
feafesextremadura@gmail.com
www.feafesextremadura.com

Federación Saúde Mental FEAFES Galicia

Rúa Belgrado, 1 - 15703 Santiago de Compostela (A Coruña)
Tel.: 981 55 43 95
feafesgalicia@feafesgalicia.org
www.feafesgalicia.org

Federación Salud Mental Madrid

c/ Poeta Esteban de Villegas 12, bajo izq. - 28014 Madrid
Tel.: 91 513 02 43
info@saludmentalmadrid.org
www.saludmentalmadrid.org

FEAFES Melilla

c/ Avda. de la Juventud, 3, Portal 2 - 52005 C.A. de Melilla
Tel.: 951 32 70 85 / 627 11 24 12
info@feafesmelilla.com
www.feafesmelilla.org

Federación Salud Mental Región de Murcia

c/ Poeta Cano Pato, 2. 1.º L del Edificio Libertad - 30009 Murcia
Tel. 968 23 29 19
info@saludmentalrm.com
www.saludmentalrm.com

Asociación Navarra para la Salud Mental (ANASAPS)

c/ Río Alzania, 20 (Trasera) - 31006 Pamplona (Navarra)
Tel. 948 24 86 30
anasaps@anasaps.org
www.anasaps.org

Federación de Euskadi de asociaciones de familiares y personas con enfermedad mental (Salud Mental Euskadi)

c/ Tres Cruces, 14 bajo derecha - 01400 Llodio (Álava)
Tel. 94 406 94 30
fedeafes@fedeafes.org
www.fedeafes.org

Asociación SALUD MENTAL LA RIOJA

c/ Cantabria, 33 - 35 - 26004 Logroño (La Rioja)
Tel. 941 23 62 33
direccion@saludmentalrioja.org

Federació Salut Mental Comunitat Valenciana

c/ Heroi Romeu, 20 Bajo 4. 46008. Valencia
Tel. 96 353 50 65
administracion@salutmentalcv.org
www.saludmentlcv.org



POR SOLIDARIDAD
OTROS FINES DE INTERÉS SOCIAL