

Recull de premsa

02-15/12/2018 SALUT I FORÇA

Declaración institucional del Col·legi Oficial de Psicologia de les Illes Balears con motivo del Día Internacional de la Eliminación de la Violencia Contra La Mujer

Desde el Col·legi Oficial de Psicologia de les Illes Balears (COPIB) expresamos nuestra absoluta solidaridad y el apoyo con las familias y seres queridos de las cuarenta y cuatro mujeres y tres menores asesinadas a consecuencia de la violencia de género, así como con los treinta y tres niños, niñas y adolescentes que se han quedado huérfanos y huérfanas a razón de estos crímenes.

Con motivo de la conmemoración el domingo 25 de noviembre del Día Internacional de la Eliminación de la violencia contra la Mujer, reiteramos nuestro absoluto rechazo a cualquier forma de violencia psicológica, física o sexual, ejercida contra la mujer. Para luchar contra la violencia de género es crucial la implicación de toda la sociedad y, en este sentido, el Pacto de Estado

que ha iniciado su recorrido este año es una herramienta trascendental que nos define ante uno de los principales retos en nuestra sociedad.

Una cuestión de estado como es la violencia ejercida contra las mujeres y que repercute también sobre sus hijos e hijas, requiere un pacto de Estado, porque es un gravísimo atentado a los derechos humanos. Pero no puede quedar en una declaración de intenciones o en unas acciones simbólicas. Necesitamos transformar la sociedad y eso requiere de compromiso y también de coordinación.

Un compromiso, en primer lugar, por parte de todos los responsables políticos que mantengan una actitud inflexible y contraria a las distintas formas de violencia de género y que dejen esta cuestión fuera de las estrategias del juego político. Es urgente la puesta en marcha de las más de doscientas medidas recogidas en el Pacto, porque la transformación social necesita tiempo



y muchas de estas medidas tardarán en asentarse y surtir efecto.

La prevención y la sensibilización, por ejemplo, en las que como profesionales de la psicología tenemos tanto que aportar, son un trabajo de fondo cuyos resultados se ven a medio y largo plazo. Destruir los cimientos de una sociedad machista y patriarcal heredada de siglos atrás es una labor minuciosa que necesitamos ir abordando cuanto antes desde las generaciones más tempranas. No podremos presentarnos como una sociedad plenamente desarrollada mientras mujeres y también niños y niñas, son asesinados como consecuencia de la desigualdad de género.

La coordinación entre las instituciones y la formación en perspectiva de género de los trabajadores

y trabajadoras de las Administraciones Públicas es el otro pilar elemental que recoge este Pacto y que garantizará que las medidas tengan un efecto profundo en lo relativo a la modificación estructural que necesita la sociedad. A partir de ahí, se podrán establecer las modificaciones legales que se necesitan, los marcos legales más ambiciosos posibles y ofrecer una atención integral a las víctimas de la violencia de género.

Como profesionales de la psicología demandamos este compromiso de implicación y de coordinación, que aborde la violencia de género de forma integral, con políticas preventivas y de intervención psicológica desde las más tempranas edades, para poder erradicar las desigualdades sobre las que se asienta la violencia machista.

Junta de Gobierno del COPIB



La col·legiació obligatòria per a l'exercici de la professió



A la espera de una segunda psicóloga para el Consell

El 10 de diciembre está previsto que empiece a trabajar en la Oficina de la Dona de Ibiza

Redacción | Ibiza | 30.11.2018 | 21:22

El Consell de Ibiza tiene previsto incorporar el 10 de diciembre una segunda psicóloga a la Oficina de la Dona, con el fin de cubrir la baja actual, que provoca que, por primera vez en la historia del servicio, haya una lista de espera de 44 mujeres pendientes de recibir atención.

Según explicó la vicepresidenta segunda y responsable de Recursos Humanos, Marta Díaz, tras producirse la baja de una de las dos psicólogas de la Oficina de la Dona no se pudo cubrir la plaza porque en el bolsín actual sólo hay tres profesionales, y ninguna de ellas aceptó la propuesta de trabajo.

Después de incorporarse a su puesto, la psicóloga que había estado de baja pidió una excedencia. El pasado 3 de octubre el departamento de Recursos Humanos de la máxima institución insular decidió utilizar de nuevo el bolsín con el fin de contratar a otra persona para asistir a mujeres víctimas de violencia de género que acuden a la Oficina de la Dona a pedir ayuda. Sólo una de las personas del listado lo aceptó, pero posteriormente se desdijo, según las explicaciones de Díaz. Después, esta misma persona contactó con el Consell para cubrir la vacante, pero con la condición de que no incorporarse hasta el 10 de diciembre.

Entrevista **John Toumbourou** • Profesor y psicólogo

«El abuso de drogas es común en familias con problemas»

El investigador, una eminencia en la psicología social, habla sobre los estupefacientes en los menores de edad y cómo se puede hacer frente al problema desde la familia

IRIS LUQUE

John Toumbourou (Melbourne, 1956) es experto en Psicología de la Salud y un destacado investigador. Tiene una gran influencia internacional en la investigación y ha recibido numerosos premios internacionales por sus contribuciones en estas áreas. Ayudó en la remodelación de las políticas de salud australianas para abordar de manera más efectiva el abuso del alcohol en los adolescentes y los problemas relacionados. Estuvo en Palma la semana pasada con motivo del Congreso internacional 'Pedagogía social, investigación y familias' celebrado en la UIB.

En la UIB se realiza un trabajo en la prevención del consumo de alcohol y drogas con el programa 'Competencia Familiar'. ¿Cómo lo ve?

—Aunque no lo conozco en profundidad, me da muy buena impresión. He tenido la oportunidad de conocer experiencias internacionales en una reunión en Palma y les pongo una buena nota, comparativamente con el resto de regiones.

¿Qué falla en la educación para que se creen problemas de abuso alcohol y a otras sustancias?

—Uno de los problemas más grandes que tenemos es que el sistema educativo no está incorporando a sus metodologías el rol que tienen las familias. Por eso es importante reivindicar el papel que deberían jugar las familias en este ámbito, potenciar que sean las escuelas quienes los incluyan y que haya más acuerdos entre todas las partes.

La no inclusión de las familias en el sistema educativo, ¿es un problema internacional o hay regiones que lo hacen bien?

—En general, es un problema a nivel internacional.

En el problemas familiares, ¿qué aspectos son iguales en todas las regiones?

—Me gusta centrarlo en tres aspectos, aunque hay más: el consumo de alcohol a edades tempranas, ya que cuanto más joven se inicia menor es

muy común en la gente con problemas familiares.

¿Cómo se ha trabajado en Australia el tema de tratar el abuso de drogas en menores, es similar al caso de España?

—Sí, en el año 2000 teníamos en Australia uno de los niveles más altos del mundo en cuanto a consumo de alcohol en menores. Desde entonces hasta el 2015 hemos hecho un trabajo preventivo muy serio y hemos logrado reducir significativamente el consumo de alcohol en menores de edad. En España, a día de hoy, las tasas son un poco más altas, pero creo que las estrategias que han funcionado en Australia podrían funcionar aquí, como se ha visto con el programa que ha llevado a cabo la UIB.

Las familias no se incluyen en la reeducación de los menores, pero ¿cree que la tendencia va cambiando, en este sentido?

—Sí, y va cambiando también la conciencia de los padres. El papel de las familias es muy importante, porque antes había un consumo tolerado de alcohol dentro de la misma casa, en situaciones

como comidas o celebraciones. A partir de que las actitudes y creencias de los padres se consiguen cambiar, intentando que vean que es un comportamiento erróneo y de riesgo, la situación cambia y se promueve que el alcohol se comience a consumir a partir de los 18 años.

Para los padres que ya tengan ese problema, ¿qué pueden hacer?

—Es muy importante tener en cuenta la comunicación familiar, y que a pesar de los problemas que haya no se pierda, porque a partir de ahí las familias ya tienen una gran parte del camino hecha.



El psicólogo John Toumbourou. Foto: J. AMER



«Es muy importante tener en cuenta la comunicación familiar en los problemas de drogas»

la esperanza de vida; el consumo de tabaco, por las consecuencias que tiene para la salud; y también el consumo de LSD, como uno de los más que acorta la esperanza de vida. El consumo y abuso de estas tres sustancias en edades tempranas es algo

La Policía Local de Palma atiende más de 200 casos de violencia de género al año

► Ocho agentes realizan el seguimiento de cientos de víctimas de malos tratos, algunas con protección las 24 horas del día

XAVIER PERIS/EPICAMA

■ La Unitat de Protecció Familiar (UPF) de la Policía Local de Palma gestiona cada año más de doscientas denuncias por violencia de género en la ciudad. Durante el año pasado se recibieron 217 denuncias y este año la tendencia va al alza. Hasta julio de 2018 llevaban ya 136. Este mismo grupo policial, especializado en agresiones de género y en el ámbito familiar, realizó seguimientos en 2017 a 313 mujeres en riesgo, mientras que hasta julio de 2018 han controlado a 212 víctimas. De ellas, el año pasado hubo 167 mujeres con órdenes de protección, que impiden que sus agresores se acerquen a ellas. Hasta julio de este año tenían órdenes judiciales de protección otras 98 mujeres.

La Unitat de Protecció Familiar de la Policía Local de Palma se creó en 2006. Está integrada por seis agentes, con otros dos de refuerzo temporal. Se encargan de investigar todas las denuncias por violencia de género (agresiones de hombre a mujer en el ámbito de la pareja, actual o pasada) y violencia doméstica (malos tratos entre familiares, como padres o abuelos). A lo largo de 2018 han detenido por estos delitos a 230 adultos y a tres menores.

Estos atestados, según explica la jefa de la unidad, la oficial Catalina Sastre, se derivan tanto de las actuaciones policíacas que llegan a través del 092 como a partir de las denuncias presentadas en las oficinas de la Policía. "Las intervenciones están protocolizadas", comenta Sastre. "Desde el momento que llega una mujer a puertas y explica que quiere denunciar un caso de violencia de género se le da la máxima prioridad, no tiene que esperar. Primero se le ofrece asistencia psicológica y luego se le toma la denuncia en una oficina aparte, en la que tenga privacidad".

Niveles de riesgo

A partir de los hechos denunciados se establece el nivel de riesgo en el que se encuentra la denunciante con un programa informático, el Sistema Viogen, común para Policía Nacional, Guardia Civil y Policías Locales. La mujer queda catalogada en cinco niveles de riesgo: no apreciado, bajo, medio, alto y extremo. Cada uno lleva aparejado unas medidas de protección. El extremo implica que la víctima tenga un policía adscrito 24 horas. La acompaña al trabajo, a la compra o en cualquier otra salida. El atestado se presenta al juzgado, que puede



La oficial Catalina Sastre, jefa de la Unitat de Protecció Familiar de la Policía Local de Palma. L.P.

Pocos días después de la denuncia el agresor recibe la visita de la Policía: le hacen ver que están pendientes

"Con solo una de estas mujeres que te llama y te agradece lo que has hecho, te compensa", dice Catalina Sastre

establecer otras medidas, como la prisión para el agresor o la libertad con una orden de alejamiento.

Posteriormente se mantiene el seguimiento por parte de la UPF, siempre en función del nivel de riesgo detectado. Si el agresor está libre, durante los primeros días recibe la visita de agentes de la Unitat d'Intervenció Inmediata (UII) de la Policía. Estos policías le explican al hombre que ha sido denunciado, lo que implica la orden de alejamiento y confirman su domicilio. Se trata de una actuación preventiva, en la que se le hace ver al hombre que la Policía está pendiente del caso y la víctima no está sola. La información se traslada también al policía de barrio de la zona.

Mientras, a la víctima se le facilita el teléfono de uno de los agentes de la UPF que actuará como un

policía tutor, y al que puede llamar a cualquier hora. Es una medida para tranquilizarla, aunque se le incide en que en caso de emergencia alerte al 092.

Las víctimas cuentan además en Palma con un programa municipal, el Servicio Integral de Atención a las Víctimas de Violencia de Género, que incluye asistencia psicológica, ayudas para los hijos, rentas de inserción para víctimas en situación de vulnerabilidad, ayudas para el alquiler o el ingreso en un centro de acogida.

Ese es el protocolo, que contrasta con la escasez de medios y que hace que cada agente tenga que encargarse del seguimiento de entre 30 y 40 mujeres en riesgo.

La oficial Catalina Sastre admite que el trabajo de protección a las víctimas de violencia de género se cuestiona cuando el sistema

falla, cuando hay una mujer asesinada, "pero no se puede cuantificar las vidas que salvamos. Es un problema al que se dedica gran cantidad de trabajo y recursos".

La compensación viene, en palabras de la oficial, "con solo una de estas mujeres que te llama y te agradece lo que has hecho por ella, cuando ha conseguido salir de ese infierno". Y pide más implicación social. "Algunas de estas mujeres están solas, pero otras tienen familia, amigos, compañeros de trabajo. Puede haber mucha gente que sabe que una mujer está sufriendo malos tratos y no hacen nada para no meterse en líos o porque lo consideran un asunto privado. Esos vecinos que oyen gritos, que oyen niños que lloran, tienen que llamar a la Policía, porque puede que logremos salvar una vida".



39 preguntas para valorar el riesgo de la víctima

PROTOCOLO

Los cuerpos policiales tienen un programa informático para determinar la protección que necesita cada mujer

X.P. PALMA

■ ¿Ha habido violencia física? ¿Sexual? ¿Celopatía? ¿Tiene antecedentes policiales por violencia de género a otras parejas? ¿Tiene acceso a armas de fuego o a otras armas? ¿Le ha dicho que quería

cortar la relación en los últimos seis meses? ¿Ha habido intentos o amenazas de suicidio? ¿Consumo drogas? ¿Le preocupa la seguridad de sus hijos?

Estas son algunas de las 39 preguntas incluidas en el cuestionario del Sistema Viogen, un programa informático que manejan tanto la Policía Nacional como la Guardia Civil y más de 300 cuerpos de Policía Local de toda España, en función del cual se establece el grado de riesgo en el que se encuentra la víctima. Estos nive-

les, que van desde el no apreciado al extremo, determinarán las medidas de protección a la mujer. El nivel más alto implica una vigilancia permanente

Esta semana la UPF de la Policía Local se encontró con un caso que dio nivel extremo. Una joven que dejó a su pareja hace un mes y desde entonces sufría un constante acoso: agresiones físicas, amenazas de muerte e insultos, y la ha ido a ver al trabajo.

El riesgo elevado se derivaba del hecho de que el agresor estaba

libre. De inmediato se cursó una orden de detención y se le proporcionó protección a la joven. Un policía acudía a su casa para acompañarla al trabajo. El hombre, sabiéndose buscado, se presentó al día siguiente en el juzgado de guardia. Fue detenido y quedó libre con cargos y con una orden de alejamiento, lo que permitió rebajar el nivel de riesgo de la víctima. Pero el seguimiento continuó, y este mes los agentes mantendrán varias entrevistas con ella para ver la evolución.

Paco Lobatón apoya la iniciativa balear en favor de personas desaparecidas

MIQUEL ADROVER PALMA

El mítico periodista de 'Quién sabe dónde', Paco Lobatón, estuvo ayer en el Parlament para apoyar la proposición no de ley de apoyo a las familias de personas desaparecidas. Hay 25.000 denuncias anuales en España de desaparecidos, de las cuales unas 10.000 son las que se siguen buscando en la llamada "búsqueda activa". Según explicó Lobatón a este periódico, "en Balears sabemos que hay unas 200 personas desaparecidas, de las cuales 16 están en búsqueda activa".

Según el periodista, "es muy importante lo que aprueba hoy el Parlament, ya que permitirá que

muchas causas se mantengan vivas por parte de la oficina de víctimas del delito, que creará una sección específica de desaparecidos, y ayudará a que las fuerzas y cuerpos de seguridad del Estado no cesen en su búsqueda". El acuerdo se tomó por unanimidad en el pleno de ayer. "La posibilidad de ofrecer ayuda jurídica y psicológica a las familias, ya que muchos casos los familiares no tengan recursos económicos, es un avance muy importante", aseguró Lobatón.

El periodista estuvo acompañado de Natalia Rodríguez, madre de Malén Ortiz, y de Alberto Encinas, padre de Olivia Encinas.



El periodista Paco Lobatón, ayer en el Parlament, junto a familiares de Malén Ortiz y Olivia Encinas. M.A.

Las muertes por suicidio se disparan en Balears: crecen un 11,9% en un año

► Las islas registraron 8.353 defunciones en 2017, un 5,2 % más que el año anterior

EFE PALMA

Los suicidios registrados en Balears en 2017 fueron 103, cifra que supone un incremento del 11,9 % respecto a los 92 del año anterior. Por grupos de edad, la cifra más elevada se dio entre los 30 y 39 años y entre los 40 y los 44, con 15 casos en cada rango. Hubo 14 casos de personas entre 55 y 59 años. A nivel nacional, las muertes por suicidio han aumentado un 3,1 % en un año hasta las 3.679 y se colocan muy por encima de quienes

perdieron la vida en accidente de tráfico, que sumaron 1.943 fallecimientos en 2017, con un aumento del 2,8 %.

Por otra parte, las defunciones registradas en las islas en 2017 fueron 8.353, un 5,2 % más que el año anterior, y la principal causa de muerte fueron las enfermeda-

La principal causa de muerte entre los balears fueron las enfermedades del sistema circulatorio

des del sistema circulatorio, con 2.391 casos, un 4,2 % más.

En 2017, se produjeron en España 424.523 defunciones, 13.912 más que en el año anterior (un 3,4% más), según la estadística *Defunciones según la Causa de Muerte* del Instituto Nacional de Estadística (INE) correspondiente a 2017. En el caso de Balears, la incidencia de las enfermedades del sistema circulatorio se situó en 206,5 fallecidos por cada 100.000 habitantes; seguida de los tumores (199,1) y las enfermedades del sistema respiratorio (72,6). En cifras absolutas, 2.391 personas fallecieron en Balears por enfermedades del sistema circulatorio (un 4,2 % más que el año anterior) y 2.306 por tumores (un 3,9 % más).



Familiares y amigos de personas desaparecidas. Foto: PARLAMENT

Apoyo a las familias de Balears con personas desaparecidas

► El **Parlament** aprueba medidas como la atención psicológica y jurídica a los afectados

I. L. | PALMA

El pleno del Parlament aprobó ayer por unanimidad una proposición no de ley (PNL) para garantizar el apoyo a las familias de las personas desaparecidas. La iniciativa, presentada por todos los grupos parlamentarios, fue defendida en la Cámara por representantes de todos los partidos, que coincidieron en remarcar la angustia que sienten los familiares y esperan que la iniciativa sirva de ejemplo para otras comunidades.

La PNL contempla seis medidas para hacer efectivo el apoyo del Parlament. En primer lugar, la institución se compromete a mostrar su solidaridad con los seres queridos de personas desaparecidas. Esto se hará efectivo especialmente el 9 de marzo, Día Internacional de las Personas Desaparecidas, mediante algún acto.

También hay peticiones al Govern, como la creación dentro de la Oficina d'Atenció a Víctimes del Delicte de una sección específica de personas desaparecidas, para garantizar la atención jurídica y la concesión de diferentes prestaciones a los familiares afectados, o ampliar la atención en emergencias y en

post emergencias, para garantizar el derecho a la asistencia psicológica de las personas que hayan sufrido la desaparición de un familiar.

El Gobierno de España también recibirá peticiones del Parlament, como la mejora de los protocolos de actuación y la formación de las fuerzas y cuerpos de seguridad del Estado ante las desapariciones, o la implicación a nivel internacional para garantizar el cumplimiento de sentencias judiciales en casos de sustracciones de menores.

Familias

Las familias y los amigos de personas desaparecidas se mostraron contentos con la iniciativa. Natalia Rodríguez, madre de Malén Ortiz, explicó que «es un día emocionante, estoy agradecida por la rapidez y contundencia con la que se ha llevado a cabo». Antonio Encinas, padre de Olivia –niña sustraída por su madre en 2011– calificó de «extraordinariamente emocionante» la iniciativa por el «ánimo que nos da».

Por su parte, José Toledano, amigo del desaparecido Fulgencio Núñez, se mostró «feliz de ser visibles».

Frosch Carlota hilft den kleinsten Opfern

Noch immer leiden Kinder unter den Eindrücken der Katastrophe im Inselosten. Eine Erzieherin nähert sich dem Thema mit einem Bilderbuch

SOPHIE MONO

Die Flutkatastrophe in Sant Llorenç hat nicht nur die Erwachsenen getroffen, sondern auch die Kinder. Die Angst der Erwachsenen, die dramatischen Szenen am Abend des 9. Oktober, der Verlust von Haustieren, Spielzeugen, dem eigenen Haus - all das ist für einige Kinder auch Monate nach der Katastrophe nur schwer zu verarbeiten. „Ein Großteil hat sich mittlerweile an die neue Realität gewöhnt, aber einige sind noch immer in psychologischer Betreuung“, berichtet Javier Torres von der balearischen Psychologenkammer. Als Koordinator war er mit rund sieben Kollegen fast vom ersten Moment an vor Ort. Neun Tage lang besaßen sie sich in den Räumen der Grundschule mit den Minderjährigen, aber auch mit den Eltern und Lehrern. „Unser Ziel war es, die Normalität so schnell wie möglich wiederherzustellen und die Erwachsenen dabei zu unterstützen, die Kinder in dieser Situation angemessen zu behandeln. Es ist wichtig, nichts vor ihnen zu verbergen und ihnen zu erklären, was passiert ist.“

Isabel Rivas erinnert sich noch gut an die Angst, die sie am Abend der Flut gespürt hat. Die Erzieherin und Leiterin der Kindertagesstätte Ca's Mestre Fornaris lebt zwar im Nachbarort Son Servera, das von den Wassermassen verschont blieb, doch auch sie musste um Angehörige bangen, die in einer Finca nahe eines überlaufenden torrents leben. „Letztlich ist niemandem etwas passiert, aber es war ein schlimmes Gefühl, nicht zu wissen, was mit ihnen passiert.“ Auch ihre siebenjährige Tochter Maria bekam mit, dass etwas nicht stimmte. „Ich habe offen mit ihr darüber geredet. Wir haben nichts vor ihr versteckt, ihr auch Fotos und Videos gezeigt und versucht, sie zu beruhigen.“ Trotzdem ging Maria abends weinend ins Bett. Ein paar Tage später nahm ihre Mutter sie zum Aufräumen mit nach Sant Llorenç. „Ich wollte, dass sie sieht, was passiert ist und die Hilfsbereitschaft spürt. Siehst du all diese Leute? Das ist Solidarität“, sagte ich zu ihr.“

Mehrere Tage hintereinander packte Rivas mit an, befreite die Möbel und Häuser von Freunden in Sant Llorenç vom braunen Schlamm. „Die Erwachsenen waren unter Schock, sie brauchten all ihre Kräfte, um voranzukommen. Das Aufräumen hatte Priorität und die Betroffenen kaum Zeit und Energie, es den Kindern angemessen zu erklären.“



Isabel Rivas mit ihrer Geschichte „Sa Granota Carlota“ (Der Frosch Carlota) in ihrer Kindertagesstätte Ca's Mestre Fornaris in Son Servera. FOTO: BENDGENS

Und so setzte Rivas sich hin und erfand die Geschichte vom Frosch Carlota, der mit seiner Familie glücklich an einem Fluss in Sant Llorenç lebt, bis plötzlich ein großes Unwetter aufzieht und alles überschwemmt. Die Froschfamilie muss auf Bäumen ausharren, bis die Flut vorüber ist, und erlebt die Hilfsbereitschaft anderer Tiere, als es ans Aufräumen geht. Carlota bangt um ihr Kuscheltier, das sie erst nach mehreren Tagen wiederfindet und glücklich in die Arme schließt.

„Es ist eine Geschichte über Freundschaft und Solidarität, aber auch über den Respekt, den wir vor der Natur haben sollten“, sagt Rivas. Sie will, dass sich die Kinder mit Carlota identifizieren und dem Geschehen einen Namen geben können. Der Tod kommt im Bilderbuch nicht vor, und es gibt ein Happy End. „Die Kinder, die die Geschichte hören, sollen die Natur nicht pauschal als etwas Bedrohliches wahrnehmen, sondern die Dinge verarbeiten, die passiert sind und nach vorn schauen.“ Auch deshalb ist auf der letzten Seite des kleinen Büchleins, das Rivas selbst mit liebevollen Bildern illustriert hat, Platz



Kindern fällt es oft schwer, die Bilder in ihrem Kopf in Worte zu fassen, aber es ist wichtig, über Gefühle zu reden“

ISABEL RIVAS
Erzieherin und Buchautorin

damit die Kinder ihre eigenen Erlebnisse aufmalen, reflektieren und ansprechen können. „Kindern fällt es oft schwer, die Bilder in ihrem Kopf in Worte zu fassen, aber es ist wichtig, dass sie über ihre Emotionen reden.“

Dem stimmt auch Psychologe Javier Torres zu. „Märchen und Geschichten sind ein wichtiges therapeutisches Werkzeug, mit dem auch wir arbeiten. Die kindgerechte Sprache ermöglicht einen guten Zugang, um Erlebtes aufzuarbeiten.“

4.000 Exemplare ließ Rivas drucken. Die Kosten übernahm eine lokale Druckerei. 3.000 Büchlein gehen jetzt an die Grundschulen in Sant Llorenç, Artà, Son Servera, Capdepera und S'illot. „Ich hoffe, dass die Geschichte ihnen hilft, irgendwann keine Angst mehr vor dem Regen zu haben.“

Das Heft „Sa Granota Carlota“ ist auf Katalanisch erschienen und kostet 4 Euro. Es ist unter anderem erhältlich in Buchläden in Manacor (Mon de llibres), Capdepera (Lletres), Artà (La lluna de paper), Sant Llorenç (Espai 36) und Son Servera (Ca's Mestre Fornaris).

Opinión

POR **Marta Huertas (*)**

Entre balones y muñecas



Sin duda, los mejores aspectos de estas fechas entrañables que se avecinan nos los regalan los niños. Inundados todos de esa ternura, inocencia e ilusión infantil, es un buen momento para pensar (y actuar) sobre los valores que transmitimos a nuestros hijos.

Son realmente alarmantes los datos estadísticos a cerca de la «aceptación» o normalidad con la que nuestros jóvenes perciben aún conductas o comportamientos claramente machistas. No alimentar ese tipo de estereotipos es una labor que debe abordarse desde el primer día en decisiones tan «inofensivas» como la selección de juguetes.

¿Qué hay de malo en regalar a una niña un balón? ¿Qué consecuencias negativas puede tener que desarrolle habilidades psicomotoras, o competitividad, o que aprenda a perder, o que disponga de una actividad física que en el futuro le permita canalizar energía o liberar tensiones, o que aprenda los valores del deporte, o que disponga de una buena habilidad de trabajo en equipo?

Y, ¿qué pasa si a un niño le regalamos una muñeca? Un niño requiere expresar sus sentimientos igual que las niñas, así que facilitemos que también tengan muñecas a la hora de jugar. Las ven como a sus seres queridos, las cuidan y reflejan sus sentimientos, sus ideas, sus intereses y deseos a través de los juegos que realizan con ellas. Les calman en los malos momentos, les acompañan en su crecimiento, aprenden a sociabilizarse imitando lo que ven jugando con ellas y son ideales para desarrollar el juego simbólico. Les permiten imitar los cuidados que ellos reciben, porque cuidar de un muñeco es una respuesta natural del niño que ha experimentado cariño en familias amorosas. El modo de jugar con muñecas de los niños y las niñas es diferente, pero los dos necesitan expresar sus sentimientos a alguien que les entienda y escuche. Jugar con muñecas facilita que los niños se conviertan en futuros padres cariñosos.

Aprovechemos desde este momento la oportunidad que nos brindan estas fechas para dejar de colaborar con el mantenimiento del sexismo ofreciendo a nuestros hijos ejemplos de igualdad y mensajes de responsabilidad. Sin duda un futuro sin violencia machista es el mejor regalo que podemos hacerles.

(*) Vocal de Psicología Educativa del Colegio Oficial de Psicólogos de Baleares (COPB)

El COPIB organiza un debate para analizar el abordaje de la conducta suicida en los cuerpos de seguridad

REDACCION

El punto de partida para prevenir la conducta suicida en los cuerpos de seguridad es hablar del problema. Con ese objetivo, el Colegio Oficial de Psicología de las Illes Balears (COPIB) organizó el pasado 29 de noviembre una mesa de debate, que reunió por primera vez en Palma a representantes de la Policía Local, Policía Nacional y Guardia Civil, para analizar el abordaje de la conducta suicida en los cuerpos de seguridad y dar visibilidad a una problemática que lejos de ocultarse tiene que afrontarse y combatir con políticas preventivas que impliquen a todos los estamentos profesionales.

El psicólogo Daniel J. López, autor del libro "¿Todo por la patria? Cultura, clima laboral y conducta suicida en la Guardia Civil", fue el encargado de inaugurar el debate con una exposición en la que el investigador destacó la importancia de implicar a todos los estamentos en la prevención de la conducta suicida.

En este sentido, López reivindicó transparencia por parte de la administración a la hora de publicar los datos estadísticos "si queremos generar un debate basado en la evidencia"; demandó una comunicación responsable a los medios, huyendo de sensacionalismos; resaltó la necesidad de investigación y formación de los profesionales de la salud como mecanismos de prevención eficaces, y aseguró que la agenda política tiene que incluir el abordaje de la conducta suicida.

Experiencia

Sebastià Lladó, psicólogo de la Policía Local de Palma, compartió con los miembros de la mesa y con el numeroso público asistente su experiencia personal como técnico del cuerpo de la Policía local. Lladó recordó que no existen tasas relativas a los cuerpos de seguridad municipales y remarcó que, en su opinión, el hecho de llevar un arma no entraña un mayor riesgo de conducta suicida: "Si una persona quiere quitarse la vida lo hará con un arma o sin ella", afirmó. José Miguel Márquez, psicólogo y Oficial del Cuerpo de la Policía Nacional, apuntó que uno de los principales pro-



Un momento de la reunión.

blemas que favorece la conducta suicida en el cuerpo al que representa es la presión que ejerce el mismo cuerpo sobre el individuo "que tiene que estar al 100%, ser casi como un superhéroe, cuando la realidad es que somos humanos".

En opinión de Márquez, "entre los agentes existe un temor, una vergüenza a reconocer que está pasando un bache, no necesariamente asociado a una enfermedad mental, un simple hecho cotidiano como la muerte de un familiar; una ruptura sentimental... Esto no se comparte porque te señalan como un policía débil", apuntó. Por eso motivo, Márquez señaló la impor-

tancia de tener un servicio psicológico o un equipo de intervención psicosocial que preste apoyo a los agentes que lo necesiten sin temor a ser señalados. "Parece que estamos en el camino", indicó, refiriéndose al protocolo en el que trabajan sindicatos y la Dirección General de Policía para prevenir la conducta autolítica en el cuerpo.

Organización

Adelo Manuel Moya, capitán jefe del área clínica de la Guardia Civil, agradeció al COPIB la organización de la mesa de debate ya que "el punto cero para prevenir el

suicidio es hablar de suicidio". En opinión de Moya es necesario hablar desde el punto de vista más objetivo y científico que podamos y por eso son importantes los datos, que siempre llegan como deberían hacerlo, reconoció.

El responsable del área clínica de la Guardia Civil destacó que "cada suicidio es un drama para el que muere y para la familia, porque el duelo no es el mismo que si fallece de muerte natural o por accidente de tráfico. El estigma es similar al que provoca la enfermedad mental y eso hace que todavía se oculte". La AUGC ha tomado cartas en el asunto promo-

viendo una campaña institucional en la que solicita abordar de manera integral este grave problema de salud pública. La asociación también ha trasladado una petición formal al Ministerio de Interior para externalizar el servicio de apoyo psicológico que reciben los profesionales del cuerpo y que hasta ahora realizan psicólogos y psicólogas que forman parte de la institución. "La externalización de la asistencia psicológica es una medida fundamental", destacó Moya.

Mesa

Jennifer Prata, psicóloga del Proyecto de prevención de suicidios y de promoción del bienestar psicológico en la Guardia Civil y la Policía Nacional Ángeles de Azul y Verde; y José de Miguel, psiquiatra de Son Espases, también intervinieron en la mesa que moderó el decano del COPIB, Javier Torres. Torres recordó que "los tabús que envuelven a este problema de salud y el hermetismo con el que se trata este tema hacen que sea una lacra enterrada y silenciosa que aumenta cada día. El COPIB está volcado desde hace dos años en un trabajo de investigación, formación, investigación y organización de actividades que contribuyan a dar visibilidad a esta problemática colaborando con todas las administraciones e instituciones implicadas", concluyó.

Reunión sobre prostitución. La vocal de Psicología de Igualdad y Género, Ana María Madrid, participó como representante del COPIB en la reunión que celebró el pasado 30 de noviembre el Grupo de Estudio de Estudio de la Prostitución de las Illes Balears (GEPiB). El encuentro tenía como objetivo analizar el punto en el que se encuentran distintas iniciativas que se están llevando a cabo, orientadas principalmente a sensibilizar a la sociedad sobre la realidad de las personas que ejercen la prostitución, así como mejorar los servicios de atención y apoyo que reciben por parte de las administraciones. La reunión, que tuvo lugar en el Centre Flassaders de Palma, contó por primera vez con representantes del Ayuntamiento de Calvià, institución que se incorpora al GEPiB dada la preocupación del Consistorio por un tema que afecta a varios núcleos del municipio y que quiere afrontarse desde el estudio y análisis profesionales. a título informativo, Rosario Pozo, miembro del GIFES (Grupo de Investigación y formación Educativa Social de la UIB), informó a los asistentes de la próxima publicación, previsiblemente en la primavera de 2019, del libro 'Prostitución, una mirada nacional, internacional y local' en el que están trabajando.



“El neurofeedback es útil para para el tratamiento del TDAH, la ansiedad, la depresión y el estrés”

Margalida Arrom, psicóloga general sanitaria y técnica en neurofeedback en Aura Psicología, explica esta novedosa herramienta terapéutica

CARLOS HERNÁNDEZ

P. ¿Qué entendemos por neurofeedback?

R. El neurofeedback es una técnica relativamente moderna que se utiliza como método terapéutico para las disfunciones cognitivas. Concretamente, actúa sobre el cerebro permitiéndole a este aprender a autorregularse, reforzando la actividad cerebral saludable e inhibiendo la que es disfuncional.

P. ¿En qué consiste el entrenamiento en neurofeedback?

R. Consiste en la colocación de unos electrodos en la cabeza que nos permiten registrar la actividad cerebral del cerebro a través de un software especializado. Posteriormente se analiza dicha actividad para determinar de forma precisa las áreas cerebrales que hay que mejorar, así como el protocolo a seguir.

P. ¿El neurofeedback es invasivo?

R. No, el neurofeedback es una técnica no invasiva e indolora, ya que los electrodos solo registran la actividad cerebral.

P. ¿El neurofeedback solo es útil para persona que presentan algún tipo de trastorno?

R. No, el neurofeedback es útil para cualquier persona que quiera mejorar en su funcionamiento cognitivo. De hecho, tiene dos vertientes: la clínica y la orientada a la mejora

del desempeño. En cuanto a sus aplicaciones clínicas, es efectiva para el tratamiento del trastorno por déficit de atención con hiperactividad (TDAH), la ansiedad, la depresión y el estrés, entre otros. Respecto a su uso en la mejora del rendimiento, se ha aplicado en la preparación de deportistas de élite, artistas y en la mejora de la función cognitiva en sujetos sanos. Un ejemplo, sería el tenista Roger Federer, quien afirma que la terapia en

Neurofeedback le ayudó a tener una mayor fortaleza mental, un pensamiento más positivo y una mejor atención relajada y sostenida.

► **“Consiste en la colocación de unos electrodos en la cabeza que nos permiten registrar la actividad cerebral del cerebro a través de un software especializado”**

P. ¿Cuáles son las funciones cognitivas que se pueden mejorar?

R. Con el entrenamiento en neurofeedback mejoras en la atención, la planificación y la memoria, así como en la motivación. También aumenta los niveles de energía y mejorar la calidad del sueño, entre otros. Por ejemplo, tendrás más facilidad para estar tranquilo y relajado a la hora de dormir, así como más capacidad para centrar tu atención a la hora de estudiar o de trabajar.

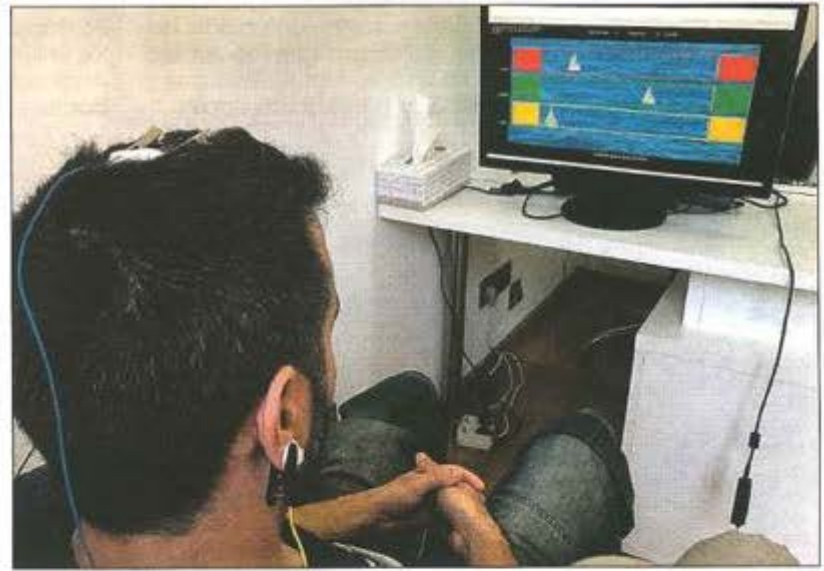
P. ¿El efecto del neurofeedback es duradero?

R. Una vez que el cerebro aprende a autorregularse y consolida esta habilidad ya no se olvida, se mantiene de forma permanente. Sería como montar en bicicleta, una vez

que aprendes no lo olvidas. Sin embargo, hay ciertas circunstancias que podrían provocar que los beneficios “desaparezcan”: un estresor significativo (por ejemplo, muerte de un ser querido), una lesión en la cabeza o la anestesia durante una operación. Afortunadamente, el cerebro sigue recordando lo que hizo, por lo que con unas pocas sesiones las mejoras vuelven.

P. ¿Con qué frecuencia han de ser las sesiones?

R. Cuanta mayor sea la frecuencia, más rápidas serán las mejoras. En Aura Psicología recomendamos que al principio se realicen al menos dos sesiones a la semana de unos 45 minutos. Pero, en caso de que no sea factible, se puede realizar una sesión a la semana, aunque el progreso será más lento.





La discapacidad intelectual afecta a unas 30.000 personas en Balears. Alrededor de 30.000 personas de Balears sufren discapacidad intelectual, y la mitad de ellas, es decir, unas 15.000, presentan, además, un trastorno de salud mental. Estos fueron algunos de los datos que se dieron a conocer durante la inauguración de la I Jornada de Salud Mental y Discapacidad Intelectual, organizada por el Servei de Salut con la colaboración de la Fundació Amadip-Esment. El acto contó con la presencia de la consellera de Salut, Patricia Gómez, quien destacó el trabajo desarrollado por la Oficina de Salut Mental de les Illes Balears. También estuvo presente la titular del departamento de Serveis Socials i Cooperació, Fina Santiago.