

# Recull de premsa

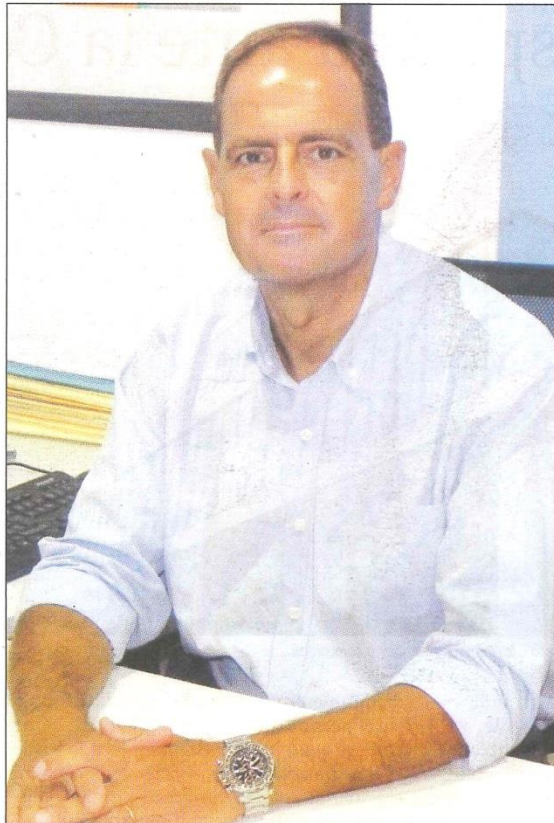
Del 31/08 al 13/09/2020 SALUT I FORÇA

## El COPIB defiende la urgencia de reforzar la atención psicológica a la ciudadanía con afectación psicológica derivada o agravada a consecuencia del SARS-CoV-2

### REDACCIÓN

El servicio telefónico gratuito de atención psicológica habilitado por el Govern de les Illes Balears, a través de la Dirección General de Emergencias y en colaboración con el Colegio Oficial de Psicología de les Illes Balears (COPIB), finalizó el 15 de julio habiendo atendido un total de 804 casos durante los tres meses en los que la línea se mantuvo operativa, coincidiendo con el Estado de Alarma decretado a consecuencia de la primera ola del SARS-CoV-2 en la comunidad autónoma.

El decano del COPIB, **Javier Torres**, valora de manera positiva la atención psicológica que recibió la ciudadanía a través de este servicio y de otros programas que se pusieron en marcha tanto el propio colegio como en colaboración con otras entidades durante el momento álgido de la pandemia, pero defiende la necesidad de mantener y reforzar con urgencia la atención para seguir ayudando a las personas con afectación psicológica derivada o agravada a causa de la crisis sanitaria del coronavirus.



Javier Torres, decano del Colegio de Psicólogos de Balears.

### Escasez de servicios

El decano recuerda que "la escasez de servicios de atención psicológica en la Atención Primaria de nuestra comunidad, tienen que complementarse de alguna manera para absorber parte del aumento de demandas que se ya se están dando, mientras se refuerzan

los sistemas de atención de salud mental existentes y se planifican y definen otras medidas muy necesarias", asevera. Aunque es imposible calcular con exactitud las consecuencias de esta crisis, "los efectos del confinamiento y la incertidumbre que vivimos en todos los ámbitos de nuestra vida co-

tidiana empiezan a notarse y con toda certeza esta segunda ola de la pandemia contribuirá al empeoramiento de las personas que hayan desarrollado síntomas y a la aparición de nuevos casos: cuadros de ansiedad, manías, fobias, insomnio, depresión... sin contar con los cuadros clínicos más graves de

| Horario         | Abril | Mayo | Junio | Totales |
|-----------------|-------|------|-------|---------|
| 00:00 a 08:00 h | 81    | 26   | 3     | 110     |
| 08:00 a 16:00 h | 248   | 120  | 42    | 410     |
| 16:00 a 24:00 h | 156   | 90   | 38    | 284     |
| TOTALES         | 485   | 236  | 83    | 804     |

personas que padecen un problema de salud mental crónico".

En opinión de **Javier Torres**, la estructura previa a la pandemia tiene que reforzarse inmediatamente y adaptarse para evitar su desbordamiento. "Si queremos garantizar una respuesta profesional adecuada a las necesidades de apoyo psicológico de la ciudadanía, la administración tiene que dotar a los servicios de más recursos y dispositivos de prevención en materia de salud mental para que puedan manejarse las situaciones y evitar el colapso de los servicios", asevera **Javier Torres**. Y por supuesto, "es fundamental reforzar la red sanitaria pública con más profesionales de la psicología clínica que acerquen la intervención al lugar de residencia del ciudadano y priorizar intervenciones grupales para incrementar su eficiencia. Llevamos años defendiendo la necesidad de incorporar servicios profesionales de Psicología en los centros de salud y ahora es más necesario que nunca", advierte.

Sobre los casos que atendió la línea 900 112 003, abril, el período más duro de la primera ola de la pandemia, fue el mes que registró más llamadas (485), seguido de mayo (236) y

junio (83). Por Islas, Mallorca concentra el 90% de los casos, seguido de Menorca, 6% y de Ibiza, 4%. Formentera, donde la incidencia del Covid-19 ha sido prácticamente nula, no registró ninguna intervención.

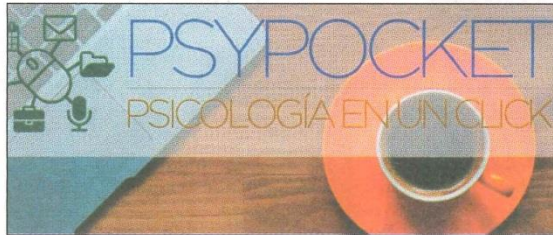
### Perfil

Respecto al perfil del demandante y la tipología de consultas, el mayor número de solicitudes fueron realizadas por mujeres y hombres de edad adulta que manifestaban episodios de ansiedad, angustia y trastornos del estado de ánimo (tristeza y síntomas de depresión), desencadenados principalmente por los siguientes motivos: soledad, dificultades para gestionar el duelo, problemas de convivencia con los hijos y/o la pareja derivados del confinamiento domiciliario, violencia de género, adicciones, miedo al contagio, problemas laborales y dificultades e incertidumbre económica, ideaciones suicidas, gestión del tiempo y más recientemente afrontamiento de la nueva normalidad, entre otros.

## El COPIB ofrece a todos los profesionales de Psicología colegiados realizar intervenciones online, de manera gratuita, a través de la plataforma PsyPocket

### REDACCIÓN

Desde el pasado mes de julio, el Col·legi Oficial de Psicologia de les Illes Balears (COPIB) ofrece de manera gratuita a sus colegiados y colegiadas la posibilidad de realizar intervenciones profesionales de telepsicología online de forma segura, a través de la plataforma PsyPocket. El acceso y uso de la herramienta, que ya está operativa, es posible gracias al acuerdo del Colegio con el Consejo General de la Psicología de España (COP), que contrató los servicios de la plata-



forma PsyPocket para favorecer la práctica profesional segura en estos tiempos.

PsyPocket es una herramienta tecnológica que, además de las funciones de videoconferencia cifrada de alta calidad,

incluye el manejo de la agenda y envío de mensajería instantánea cifrada cumpliendo con la reglamentación y las medidas de seguridad para garantizar la protección de datos de los/as usuarios.

La crisis sanitaria causada por el Covid19 y el inicio de la 'nueva normalidad', hacen especialmente interesante esta opción, que permite a los psicólogos y psicólogas adaptarse al nuevo contexto e integrar los cambios. Con este objetivo, el COPIB, a través del COP, facilita a todos sus colegiados y colegiadas, los recursos necesarios para desarrollar su trabajo en línea, adecuándose a los nuevos tiempos y a las necesidades tanto de nuestro colectivo como de los usuarios y pacientes.

El profesional de la Psicología que se encuentre interesado

en utilizar este recurso, tiene que darse de alta en la web del Consejo General de la Psicología, habilitada a tal efecto y cumplimentar un formulario con sus datos personales, e-mail, número de colegiado y colegio profesional al que esté adscrito. La solicitud debe realizarse desde una dirección profesional de correo que le identifique como colegiado (cop.es o copc.cat).

**Para registrarse en la plataforma deberá hacerse a través del siguiente enlace:**  
<https://www.cop.es/telepsicologia/>

## El COPIB coordina un encuentro con profesionales chilenos para intercambiar experiencias sobre dispositivos de atención psicológica durante la pandemia

### REDACCIÓN

El Col·legi Oficial de Psicologia de les Illes Balears (COPIB) coordinó el pasado 20 de julio, junto con el Consejo General de Psicología de España (COP), un conversatorio con 60 profesionales de la Psicología de Emergencias de Chile para promover el intercambio de experiencias en relación a la atención psicológica telefónica que se ha ofrecido a la ciudadanía durante la pandemia del Covid-19, a través de distintos dispositivos.

En concreto, las distintas intervenciones programadas en el encuentro digital centraron su interés en desglosar el procedimiento y las claves de la intervención psicológica en algunas de las circunstancias más frecuentes y/o complejas que se han producido durante la crisis sanitaria: llamadas con riesgo suicida, crisis de ansiedad con miedo al virus, etcétera...

El decano del COPIB, **Javier Torres**, fue uno de los ponentes del conversatorio. Coordinador del Área de Emergencias del COP y miembro del equipo de trabajo de la Red Iberoamericana de Psicología de Emergencias



Momento de la videoconferencia con todos los asistentes.



Javier Torres, segundo por la derecha arriba, durante la conferencia.

(RIPE), **Torres** compartió con los participantes casos relacionados con los dispositivos de atención telefónica psicológica dirigidos a personas mayores que viven en soledad, un colectivo extremadamente vulnerable durante esta emergencia sanitaria.

### Intervenciones

El encuentro también contó con las intervenciones de **Lidia Rupérez Lana**, psicóloga exper-

ta en Emergencias del COP de Navarra y coordinadora Servicio de Atención psicológica telefónica de Navarra en el Covid-19, que habló sobre la 'Gestión de llamadas por situaciones de ansiedad motivadas por el Covid-19'; **Lourdes Fernández Márquez**, psicóloga experta en Emergencias del COP Madrid y miembro del equipo de trabajo de RIPE, que abordó la gestión de llamadas de ideación suicida en el contexto de la pandemia;

y **Sara Liébana Puado**, PAI del Departamento Psicología Clínica de la Facultad de Psicología de la Universidad Complutense de Madrid y jefa de Sala del Servicio de Atención Psicológica Telefónica del COP para el Covid-19, que analizó la "implementación de un servicio de atención psicológica telefónica".

**Renata Cavalli**, psicóloga Directora Ejecutiva del Proyecto Aplauso Chile, moderó el debate, en el que las/os profes-

ionales chilenas/as pudieron aclarar dudas tras las intervenciones. Todos ellos valoraron de manera muy positiva la respuesta profesional que se ha podido ofrecer a la población, aunque coincidieron en que esta experiencia sin precedentes también ha evidenciado la necesidad de dotarse ahora de nuevas herramientas y estrategias psicológicas para afrontar el cambio social que ha afectado a toda la población.

## La Red Iberoamericana de Psicología de Emergencias RIPE informa sobre el trabajo realizado durante la crisis del Covid-19

C.H.

La Red Iberoamericana de Psicología de Emergencias RIPE, de la que es miembro el Col·legi Oficial de Psicologia de les Illes Balears (COPIB), recogía en su boletín digital de julio información detallada sobre el trabajo que ha realizado durante la crisis del Covid-19. Entre otros temas, la el boletín repasa las iniciativas promovidas por la citada red, junto con el COP y Psicofundación, con el objetivo de compartir las experiencias de varios de sus miembros sobre distintos aspectos de la Intervención Psicológica en la crisis motivada por la pandemia del SARS-CoV-2, con el fin de cohesionar a los profesionales que forman parte de la RIPE; formarse para enfrentar los retos que esta situación desconocida hasta la fecha está planteando en todos los países y

extraer las lecciones aprendidas de cada una de las iniciativas presentadas.

### Acciones

Entre las acciones más destacadas, además de webinars, se organizó la I Jornada InterRedes Internacional "Psicología de emergencia en respuesta a la Pandemia" los días 18, 19 y 20 de junio, con el objetivo de ofrecer conocimiento técnico/científico ante los desafíos que la pandemia presenta en el área de la psicología de emergencias y catástrofes. Como representante de España, el evento contó con la participación del decano del COPIB, **Javier Torres**. Miembro del grupo de trabajo RIPE y coordinador del Área de Emergencias del COP, **Torres** intervino con la ponencia "Dispositivos de Atención Psico-

lógica Telefónica a colectivos Vulnerables en el contexto del COVID-19: Personas Mayores, Personas Sordas y Deportista".

El decano y la vocal de Psicología de Emergencias del COPIB, **Antonia Ramis**, participaron también en la reunión del comité RIPE con miembros de la red de países iberoamericanos, mediante plataforma online, para conocer la situación de los países iberoamericanos en relación con el COVID-19, los dispositivos de atención psicológica implementados y las propuestas de acciones, tanto formativas como de otra índole que la red pudiera proporcionar.

La Red ha iniciado también una colaboración con el Proyecto Aplauso de CHILE, iniciativa solidaria y gratuita, liderada por la psicóloga **Renata Cavalli**, que proporciona apoyo psicológico a la población



Reunión de los miembros del Grupo de Trabajo RIPE: **Javier Torres**, decano del COPIB; **Dolores Cañassantos Escalante**, decana del COP Ceuta y coordinadora del GIPEC Ceuta; **Lourdes Fernández**, integrante del GIPEC COP Madrid; **Vicenta Esteve**, Secretaria del COP Valencia y coordinadora del GIPEC Valencia, y **Antònia Ramis**, Vocal de Psicología de Emergencias del COPIB y coordinadora del GIPEC Illes Balears.

chilena y al personal interviniente, a través de un grupo de profesionales locales mediante una plataforma telefónica.

Cabe recordar que, dentro del espíritu de cooperación global de la Unión Europea, la Red Iberoamericana de Psicología de Emergencias (RIPE) tiene por objeto hermanar a

los/as psicólogos/as de la Unión Europea y de los países Iberoamericanos, para conseguir compartir propósitos, objetivos y procedimientos, así como fomentar la investigación, la formación, el desarrollo e innovación en el área de la Psicología de Emergencias, de forma globalizada.

# “Los niños tienen una asombrosa capacidad de adaptación, pero debemos prevenir consecuencias psicológicas y el principal escenario es la propia familia”

Laura Agüero, psicóloga del centro Aura, explica los efectos psicológicos de la pandemia en los niños y adolescentes, tras meses sin ir al colegio y pérdida de interacción social y relaciones

**CARLOS HERNÁNDEZ**

La situación tan complicada que nos envuelve está teniendo consecuencias psicológicas para todos: miedo al contagio, preocupación por la evolución económica y laboral e inquietud sobre un futuro lleno de incertidumbres. Poco a poco nos intentamos ajustar a la nueva normalidad de la mejor manera que podemos y una de las cuestiones que más nos preocupa es cómo nuestros hijos, alumnos y pacientes están siendo afectados por este proceso.

Los más jóvenes son un colectivo muy vulnerable debido a su dificultad para entender lo que está sucediendo y para asimilar las medidas a las que deben atenerse. Además, al ser los principales transmisores del virus, como apuntan los hallazgos, su regreso progresivo a los escenarios está siendo punto de mira y cuestión crítica por parte de la población.

## P.- ¿Qué importancia tiene la interacción social?

R.- Como animales sociales que somos, necesitamos el vínculo y el contacto con los demás, y en los últimos meses hemos tenido que medir las muestras de afecto y restringir muchas interacciones que hasta entonces nos hacían sentir pertenecientes, queridos y conectados con nuestros seres queridos. Hemos aprendido a saludar sin acercarnos, a compensar la falta de visibilidad tras la mascarilla y a demostrar mediante la vía virtual el apoyo y el calor que necesitamos. Un apoyo transcendental en estas circunstancias. Las familias con niños y adolescentes han sufrido por tener que imponer las restricciones sociales a sus hijos, sabiendo que en esas etapas son fundamentales



estas interacciones. Los niños se relacionan a través del juego y la observación, siendo mediadores de este aprendizaje su familia. En la adolescencia, etapa que va de los 10 a los 19 años, la presencia parental pasa a un segundo plano y se requiere de un contacto estrecho con el grupo de iguales para poder desarrollar una autoestima sana, entrenarse en la expresión de necesidades, para sentirse perteneciente a un conjunto, para aprender a autocontrolarse, desarrollar la empatía y para afianzar su personalidad.

## P.- ¿Qué tipo de dificultades pueden aparecer?

R.- A pesar de que los niños tienen una capacidad asombrosa para adaptarse a las adversidades, son muchos los padres que han visto cambios en sus hijos a lo largo del confinamiento.

No hay estudios aún que lancen datos contundentes, pero podemos imaginar que el periodo de aislamiento, a pesar de servir para pasar más tiempo en familia con el inestimable valor que ello supone, ha implicado la pérdida de rutinas desembocando en una serie de consecuencias dañinas. Encontramos un mayor uso y abuso de pantallas, alteraciones en los patrones de sueño y de alimentación, somatizaciones y un incremento en la obesidad. En los más pequeños, se han observado cambios a nivel motriz, del lenguaje, cognitivos y emocionales, porque si bien es cierto que a esas edades aún no hay una necesidad de pertenencia al grupo, los niños necesitan actividades al aire libre para canalizar toda su energía. Algunos padres han detectado una falta de interés por hacer actividades en casa,

irritabilidad, mayor frecuencia de llanto y regresión en algunos hitos evolutivos. En los adolescentes se puede observar una pérdida de motivación escolar, miedo a salir a la calle, irritabilidad y agresividad. En los casos más graves puede detectarse sintomatología depresiva o ansiosa. En un periodo en el que el adolescente necesita poner espacio entre él y sus padres, es normal que hayan vivido la cercanía con ellos como algo invasivo e incómodo, llevando la situación muchas veces a conflicto y tensiones familiares. Muchos de ellos se sienten incomprendidos y responden con rebeldía a las demandas parentales. No sabemos aún si todas estas consecuencias dejarán secuelas irreversibles por ser una etapa tan crucial de su desarrollo, pero no es descabellado pensar que en algunos casos estas experiencias estén siendo traumáticas para ellos. Muchos de los efectos emocionales y conductuales puede que se hayan apreciado prontamente, pero en otros casos estas consecuencias pueden aparecer a posteriori por eso es necesario observar y buscar ayuda si se carecen de recursos ante esta ardua labor.

## P.- ¿Quiénes son más vulnerables?

R.- Esto afectará más a niños que vivan en condiciones socioeconómicas desfavorecidas cuyos padres probablemente se sienten incapaces de gestionar sus propios estados emocionales, mucho más de prestar una atención especial a los más jóvenes de la casa. También serán más susceptibles los niños en cuyas familias se carecen de recursos de adaptación al estrés. En una familia los mecanismos de afrontamiento y de gestión emocional sistemática contagian al resto de los

miembros y afecta a cómo se aprende a manejar las situaciones difíciles futuras. Otro factor que puede entorpecer el funcionamiento de los niños es la mala relación entre miembros de la familia y por supuesto un agente predisponente que complica la adaptación es que un niño posea patologías previas (trastornos del espectro autista, trastorno negativista desafiante, adolescentes con conductas adictivas, discapacidad física o intelectual).

## P.- ¿Cuáles son las recomendaciones para los padres?

R.- Con respecto a los adolescentes lo que recomendamos a los padres es que intenten escucharlos y empatizar con ellos, que respeten su necesidad de privacidad y que les intenten motivar a hacer actividades agradables dentro de la seguridad. Es importante la existencia de límites, aunque comprendiendo que esto pueda generar resistencias en el adolescente. Invitamos a abandonar el tono sobreexigente e impositivo, adoptando uno desde la sugerencia y el diálogo. En cuanto a los más pequeños, es importante que tengan estructura y rutina, en las salidas hablar sobre lo que va a pasar y cómo han de ser prudentes, hacer actividades en familia, dentro y fuera del hogar, manejar la propia ansiedad por parte de los adultos intentando no hablar de las preocupaciones ante ellos y si es necesario informar, que sea de una manera simple y esperanzadora.

En Aura Psicología contamos con profesionales de la psicología infanto-juvenil y psiquiatría, para colaborar con estas familias que tras detectar en sus hijos alguno de estos problemas, sienten que necesitan ayuda.

# Altres notícies d'interès

30/08/2020 DIARIO DE MALLORCA

**Oriol Lafau** | Psiquiatra

## «Lo que yo quería ser de joven era actor»

**A**l coordinador autonómico de Salut Mental de Balears, Oriol Lafau (Badalona, 1968), le apasiona el mundo del teatro, de hecho afirma que quería ser actor. Psiquiatra de profesión, vino a Mallorca en 1995 a hacer el MIR en Son Dureta y aquí se quedó. Es el responsable de Salut Mental desde 2015.

### ¿Podría vivir sin teléfono móvil en su vida profesional?

- Sí.
- ✓ No, por desgracia hay una relación de dependencia entre él y yo, y muchas veces termino agotado.

### ¿Qué haría si le tocaran 100 millones de euros?

- Lo diría sólo a la familia y los amigos.
- ✓ Los repartiría, si una cosa me caracteriza es mi parte solidaria, si alguna vez me ha tocado alguna cantidad económica -nunca ningún premio importante- siempre la he repartido, es mi forma de ser desde que era un niño.

### ¿Qué música prefiere escuchar en vacaciones?

- Música clásica.
- ✓ Lluís Llach, siempre me ha gustado la canción protesta. De hecho, me crié con Lluís Llach, que gustaba mucho a mis padres, pero también me gusta Pablo Milanés o escuchar a Rosalía, que es música con mensaje.
- Rosalía.

### ¿Qué bebida prefiere a las 12 del mediodía de un domingo?

- Un zumo natural.
- Un refresco.
- ✓ Una cerveza, bueno mejor una shandy porque me gustan las bebidas dulces.

### ¿Qué tipo de deporte le gusta más?

- Fútbol.
- Tenis.
- ✓ Running, yo era cero deportista pero hace tres años empecé a practicar el running y estoy haciendo maratones, voy cada mañana a correr frente al mar, es muy buen deporte mental.

### Se ha hablado de los profesionales de la salud como héroes, ¿cree que estaban preparados para la situación que están viviendo con la COVID-19?

- ✓ Sí, a los profesionales de la salud nos forman para hacer frente a estas

situaciones, que nos trataran como héroes ha supuesto un plus de endorfinas, un subidón, lo que me preocupa es que no estemos preparados para hacer frente a esta segunda ola, hay una sensación de decepción, de fracaso.

- No.

### ¿Han aumentado mucho las peticiones de ayuda en psiquiatría?

- ✓ Sí, durante el confinamiento no fue así, de hecho me atrevería a decir que fue una época de bonanza mental, pero ahora están empezando a aumentar las peticiones.
- No.

### ¿Son conscientes los jóvenes de la gravedad de la situación que estamos viviendo?

- ✓ Sí, son muy conscientes, lo que pasa que a la juventud va ligada la rebelión contra las imposiciones, sobretodo entre los adolescentes, que son los grandes filósofos de la vida.
- No.

### ¿Por qué decidió dedicarse a la psiquiatría?

Yo lo que quería era ser actor, de hecho intenté entrar en el Institut del Teatre de Barcelona pero sólo había 19 plazas y no pudo ser, mi segunda opción era el periodismo pero tampoco fue posible y al final me decidí por la medicina, en 5 de carrera lo quería dejar, pero descubrí la psiquiatría y me enganchó.



27/08/2020 ÚLTIMA HORA

## El 94 % de los jóvenes atendidos en Projecte Home ha sido por adicción

A. R. | PALMA

Projecte Home cumple 33 años de una forma atípica aunque sin dejar de lado la responsabilidad, compromiso o superación, y presta especial atención a los jóvenes como colectivo vul-

nerable frente a la COVID-19. De hecho, según los datos de los últimos diez años, el 94 % de los jóvenes (menores de 24 años) atendidos en Projecte Home ha sido por adicción a alguna sustancia. Mención especial también para la tecno-

logía, una nueva adicción que ya representa el 6 % de los jóvenes.

Sobre el nivel de estudios, en el 69 % de los casos contemplaron niveles primarios. Y en referencia a la situación laboral, el 48 % de los jóvenes estaban en

paro. Projecte Home también recuerda que la edad de consumo de sustancia se sitúa en torno a los 14,7 años. Ante esto, dicen, la prevención se convierte en factor clave para informar sobre los riesgos de las adicciones como un problema de salud y de seguridad pública. Con todo, remarcan su compromiso con las personas en estos difíciles momentos.

## PALOS Y APLAUSOS



### UN APLAUSO PARA ➔ **El Teléfono de la Esperanza**

Por su campaña  
'Te regalo una coma, para que sigas escribiendo tu his-

toría' para prevenir el suicidio. La entidad trabaja para difundir el mensaje de que nunca es tarde para volver a empezar, agarrarse de nuevo a la vida y transformarla.