

Del 07 al 27-08-2023 SALUT I FORÇA

## La Asociación Española Contra el Cáncer y el Colegio Oficial de Psicología renuevan su convenio marco de colaboración

El objetivo prioritario de este acuerdo es aunar esfuerzos en la lucha contra el cáncer, con acciones sobre promoción de la salud, divulgando buenos hábitos y medidas de prevención

### REDACCIÓN

La Asociación Española Contra el Cáncer y el Colegio Oficial de Psicología de las Islas Baleares (COPIB) han renovado su convenio marco de colaboración con el objetivo de aunar esfuerzos en la lucha contra el cáncer, impulsando acciones basadas en la promoción de la salud, la divulgación de buenos hábitos y medidas de prevención frente a la enfermedad.

En la firma de renovación del convenio han estado presentes **Jaime Bellido**, vicepresidente de la Junta Provincial de Illes Balears de la Asociación Española Contra el Cáncer, y **Javier Torres**, decano del COPIB.

Sobre las líneas de colaboración, el COPIB hará difusión de las campañas y acciones de la Asociación, así como cualquier otra actividad que redunde en el beneficio de los afectados por la enfermedad y sus familiares, o tenga como fin la prevención del cáncer; además, incluirá en sus sesiones —relacionadas con oncología, prevención e investigación en cáncer— información de las herramientas de apoyo que dispone la Asociación.

Todos los servicios de la Asociación son gratuitos, están disponibles en todas las Islas y se dividen en: apoyo y acompañamiento, atención psicológica y social y servicios complementarios (nutrición, fisioterapia, logopedia y actividad física).

### La Asociación, 70 años de experiencia en la lucha contra el cáncer

La Asociación Española Contra el Cáncer es la entidad de referencia en la lucha contra el cáncer desde hace 70 años. Dedicar sus esfuerzos a mostrar la realidad del cáncer en España, detectar áreas de mejora y poner en marcha un proceso de transformación social que permita corregirlas para obtener un abordaje del cáncer integral y multidisciplinar. En su ADN está estar al lado de las personas por lo que su trabajo también se orienta a ayudarlas a prevenir el cáncer; estar con



Jaime Bellido y Javier Torres, se dan la mano para estrechar el acuerdo.

ellas y sus familias durante todo el proceso de la enfermedad, si se lo diagnostican; y mejorar su futuro con el impulso a la investigación oncológica. En este sentido, a través de su Fundación Científica, la Asociación aglutina la demanda social de investigación contra el cáncer, financiando por concurso público programas de investigación científica oncológica de calidad. Hoy en día, es la entidad social y privada que más fondos destina a investigar el cáncer: 104 millones de euros en 565 proyectos, en los que participan más de 1.000 investigadores.

La Asociación integra a pacientes, familiares, personas voluntarias y profesionales que trabajan unidos para prevenir, sensibilizar, acompañar

a las personas afectadas y financiar proyectos de investigación oncológica que permitirán un mejor diagnóstico y tratamiento del cáncer. Estructura-

da en 52 Sedes Provinciales, y presente en más de 2.000 localidades españolas, cuenta con casi 30.000 personas voluntarias, más de 500.000 socios y

casi 1.000 profesionales.

Durante el 2021, la Asociación Española Contra el Cáncer ha atendido a 136.000 personas afectadas por la enfermedad.

### COPIB

El Colegio Oficial de Psicología de las Islas Baleares (COPIB) es la institución que acoge de forma colegiada a las/os profesionales de la Psicología que ejercen en Illes Balears. Su principal misión es representar a la profesión y defender sus intereses y el de las/os colegiadas/os ante los poderes públicos, con el fin último de garantizar una atención psicológica de calidad y universal para la ciudadanía.

Actualmente, la institución cuenta con 3.592 profesionales colegiadas/os. Además de la Junta de Gobierno, el Colegio cuenta en su estructura con una Sección de Neuropsicología y 18 Grupos de Trabajo especializados, entre ellos el Grupo de Trabajo de Psicooncología y Cuidados Paliativos.

Desde su creación, el COPIB colabora con instituciones, asociaciones y entidades relacionadas con el ámbito de la salud de las Illes Balears impulsando todo tipo de actuaciones formativas, informativas y preventivas orientadas a mejorar la salud emocional de la ciudadanía y especialmente la de los colectivos más vulnerables. Asimismo, el Colegio trabaja para mejorar la atención psicooncológica profesional que se ofrece a los/as pacientes de cáncer, así como a sus familiares.



# Salud mental: de la base a la élite

► La labor y la figura del **psicólogo deportivo** se consolidan como un punto de apoyo, tanto en la práctica amateur como en la profesional

Fernando Fernández | PALMA

La exigencia del deporte de élite ha rebasado los límites. Desde la base y hasta los profesionales, pasando por la importante cuota amateur, la necesidad de demostrar, la presión, ansiedad o temores son peligrosos compañeros de viaje para muchas personas, sin distinción. La importancia de la salud mental cada vez es mayor, igual que el impacto de casos como el del baloncestista Ricky Rubio, que se suma a otros (Abrines, Enric Mas, Biles, Phelps, Iniesta...), cuyos ejemplos de superación ayudan a quienes buscan respuestas o soluciones cuando la mente se bloquea.

La figura de los profesionales pone en valor la labor que pueden realizar cuando la cabeza se bloquea. Tres psicólogos deportivos con experiencia en Mallorca desgranar el marco de actuación de esta aportación que, cada vez más, clubes deportivos, federaciones y familias reclaman.

Pep Toni Román llegó a jugar baloncesto en categoría nacional y ahora está al frente de Ment Psicología. Recuerda de sus inicios que eran ellos «quienes teníamos que ir a los clubes a explicarles lo que era un psicólogo deportivo... Y ahora son ellos los que nos vienen a plantear sus problemáticas». El papel de la figura del psicólogo deportivo «debe ser normalizado, tanto a nivel profesional como de base». E ilustra la relevancia de su figura con un ejemplo transparente. «Una lesión física se ve y se puede diagnosticar con una prueba. Pero perder la confianza, por ejemplo, no se percibe», explica. Añade el papel del club deportivo como punto de encuentro social, «de interacción entre personas», algo que se debe valorar en unos tiempos en los que «la comunicación directa es más complicada y pasa más a aplicaciones, teléfonos móviles...».

De la misma manera, Román señala «la mayor exigencia, incluso hacia los niños», y la importancia de tener presente que «cuanta más planteas, de más recursos precisas», remarcando la importancia de que figuras como Ricky Rubio hagan de altavoces.

El paso por el Constància, el Projecte Masia 360, el ATB o la Rafa Nadal Academy le han valido a Raimundo de las Heras la llamada del Real Mallorca para



Raimundo de las Heras (arriba) y Jaume Mas, en la Imagen Inferior.



«Es muy fácil generar creencias de éxito o fracaso; la salud mental es un aspecto multifactorial»

Raimundo de las Heras  
PSICÓLOGO DEL REAL MALLORCA

→ EL APUNTE

## Ricky Rubio, último caso mediático

► Más allá del ámbito amateur o de la base, muchos son los grandes deportistas profesionales, de mayor o menor calado y repercusión, que han admitido tener problemas de salud mental en algún momento de su carrera. El baloncestista

ser responsable de su departamento de Psicología en el fútbol base. Desde su criterio, «hacer una buena evaluación y conocer lo que se necesita es básico», señalando que «la diferencia que juega a favor nuestro es que un psicólogo evalúa, diagnostica e interviene», además de advertir que «la salud mental es un aspecto multifactorial, en el que lo que pasa fuera del deporte también interviene». Valora también el trabajo con el entorno del deportista, en la que el psicólogo es clave. «Es el experto, pero no es el único que debe influir en el deportista. Eso sí, debe formar también a ese entorno, porque es muy fácil generar creencias de éxito o fracaso», aconsejando que «hagan otras cosas más allá del fútbol. Estudios, idiomas, otras aficiones... Cuantos más puntos de autoestima tengan, mejor».

De las Heras defiende el trabajo «desde la base» y en todas las fases. «Se idealiza al deportista de élite. Llegar a jugar en Prime-

Ricky Rubio ha sido el último, como antes lo sufrieron el mallorquín Alex Abrines o el ciclista Enric Mas, que admitió su miedo en los descensos. Naomi Osaka, Michael Phelps, Andrés Iniesta o Simone Biles dan forma a otros ejemplos.



## Protagonistas.

1. Enric Mas, durante el Tour de Francia de 2022.

Foto: EFE. 2. Ricky Rubio, con la selección española. Foto: FEB. 3. La gimnasta Simone Biles, en su regreso a la competición, días atrás. Foto: REUTERS. 4. Alex Abrines, en su vuelta al Barça. Foto: EFE.



ra es el inicio de otra etapa de exigencia para mantenerse», definiendo como «fundamental» la labor del club al apostar por la salud mental, «sacando el máximo rendimiento, sin perder de vista la vertiente psicológica y personal. Interesan jugadores que puedan llegar y mantenerse. Y si no lo logran, que no tengan una frustración permanente».

Otro profesional de referencia es Jaume Mas, quien forma parte del equipo del SJD Mallorca Sport Medicine, además de trabajar con el Constància o el Artà y con el ciclista Enric Mas, y observa que su papel «ha alcanzado una normalidad necesaria». Mas admite que la confianza del deportista es clave, «porque al final les aporta bienestar, una vía para expresarse, comentar, hablar... les hace sentirse mejor, escuchados, ofreciéndoles herramientas con las que afrontar el día a día y los

problemas que surjan». Y plantea esa 'cara B' de la alta competición «que no es tan guapa, porque al tener la responsabilidad de rendir, si no llegan los resultados o el rendimiento que esperas, puedes sentirte incomprendido», refiere. Recomienda Jaume Mas «empezar cuanto antes» con esta labor, con el fin de «ganar en autoconocimiento para, más adelante, poder gestionar situaciones que se planteen», afirmando con que «cuanta más estabilidad ofrezcamos al deportista, más fácil será», apuntando el valor de una buena estructura personal, «con varios puntos de apoyo en lo personal (familia, pareja, amigos...), pero también desarrollando una 'carrera dual', con una formación académica y deportiva paralelas para no jugarlo todo a una carta». El reto es «conseguir, además de grandes deportistas, personas felices», concluye.



# La apuesta por la psicología deportiva del Club Bàsquet Colonya Pollença

► La entidad se une al gabinete **Ment** para dotar a cada uno de sus equipos de formación de un **seguimiento individualizado**

F. Fernández | PALMA

Formar deportivamente a jóvenes jugadores de baloncesto es la misión del Club Bàsquet Colonya Pollença. Pero yendo más allá, la entidad del Nord de Mallorca ha puesto en marcha un ilusionante proyecto que pretende reforzar el crecimiento como personas y jugadores a la par de los integrantes de sus diferentes equipos. De la mano del gabinete de Ment Psicología, con el exjugador Pep Toni Román al frente, darán una cobertura diferente más allá del deporte de la canasta a los miembros de la familia del Pollença.

Martí Vives, director deportivo del Club Bàsquet Colonya Pollença, explica que la idea «es que un psicólogo trabaje con cada equipo», y destaca el apoyo de los padres, «que han dado el visto bueno para sacar adelante esta idea», que parte de la observación de la necesidad de ese apoyo o refuerzo a nivel de psicología deportiva, «porque vemos que es un problema más corriente de lo normal», añade Vives, quien tiene claro que este nuevo escenario «forma parte de la cultura actual y del deporte».

«Ha llegado un momento en que tenemos asuntos emocionales y de frustración que merecen atención, por el bien de todos los



**Colaboración.** Martí Vives, director deportivo del Club Bàsquet Colonya Pollença, y Pep Toni Román, responsable de Ment Psicología, en la presentación de esta iniciativa. Foto: CB COLONYA POLLENÇA

que forman este club», relata Vives, que subraya que la iniciativa comprende todas las categorías, de minis a sénior. «Es un trabajo que no se debe examinar a corto plazo, sino que todos deberemos tener paciencia».

## Bloques

Una labor que se articula en tres ejes, «ayudar a los niños y niñas a tener una mejor gestión de la competición, pero también de su

vida personal y familiar, y ayudar a la organización en campos importantes como, por ejemplo, los estudios», asegura Martí Vives, que ha encontrado en Ment Psicología y la experiencia de Pep Toni Román y su equipo a los aliados que esperaba.

Las experiencias previas en otros clubes (Montesión, CG Alcúdia, La Salle, Joventut Mariana, Sineu...) les sirven de garantías para encarar este reto



«Es un trabajo que no debe examinarse a corto plazo; todos deberemos tener paciencia»

**Martí Vives**

DTOR. DEPORTIVO BASQUET POLLENÇA

«Haremos estrategias de comunicación, gestión del estrés o planificación de los objetivos. Con el tiempo veremos resultados»

**Pep Toni Román**

RESPONSABLE DE MENT PSICOLOGIA

planteado por el Pollença. «Queremos jugadores felices», dice con seguridad Pep Toni Román, quien ha estado en ambos lados y señala dos objetivos claros: «bienestar y rendimiento». Para ello, ofrecerán «ayuda con estrategias de comunicación, planificación de objetivos, gestión del estrés y determinadas situaciones...», prosigue el psicólogo, que dispondrá de un grupo de profesionales que se encargarán, de manera individualizada, de la docena de equipo del Club Bàsquet Colonya Pollença, que da un paso al frente en beneficio de sus cerca de 140 jugadores.

«Pedimos paciencia y comprensión, pero los resultados se verán con el tiempo. Y se plasmarán en las pistas», asegura Román, que tras trabajar de manera individualizada con jugadores o algún equipo esporádicamente, asume la idea planteada por Vives como «un desafío profesional y personal ilusionante».





# ¿Por qué hay más rupturas que antes?

► No comunicarse, la infidelidad o proyectos distintos provocan la mayoría de crisis, sobre todo a mediana edad, según dos expertas

Angie Ramón | PALMA

Zygmunt Bauman habla en su libro *Amor líquido* sobre la fragilidad de los vínculos humanos. El autor analiza el miedo a las relaciones duraderas, provocado, principalmente, por los cambios radicales del mundo globalizado. «La tentación de enamorarse es avasallante y poderosa, pero también lo es la atracción que ejerce la huida», reflexiona Bauman en sus páginas.

En 2022 se registraron 2.245 divorcios en Baleares, 74 menos que el año anterior. Los matrimonios disueltos tuvieron una duración media de 16,5 años, cifra muy similar a la de 2021. A estos datos constatados se suma un claro alud de separaciones, que no se registran pero que llenan los despachos de los psicólogos y que vienen a responder a un fenómeno social y cultural. Es una nueva forma de relacionarnos que dista mucho de la de nuestros antepasados.

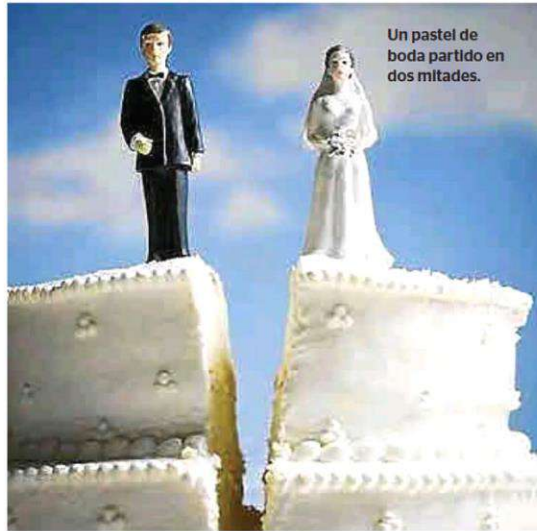
La psicóloga y sexóloga Susana Ivorra apunta a que «todos los vínculos, no solo los de pareja, sino también los de amistad o familiares, se han vuelto más frágiles porque todo es más superficial. No nos da tiempo a profundizar, es decir, a dedicarnos al vínculo. Tenemos una vida muy ajetreada, sumado a la precariedad económica y a factores



**«Todos los vínculos de pareja, amistad y familia se han vuelto más frágiles; todo es más superficial»**

**Susana Ivorra**  
PSICÓLOGA Y SEXÓLOGA

sociales que influyen en que no seamos capaces de procesar las emociones. Y las relaciones son emociones». En consonancia, ya el sociólogo Bauman advierte de esa fragilidad de la identidad en la que vivir, hoy en día, provoca más estados de incertidumbre por los cambios constantes. La experta detalla algunas de las causas de las rupturas de parejas que ha podido observar en su consulta como son la búsqueda



Un pastel de boda partido en dos mitades.



**«Cuando nos plantamos a cierta edad, de repente te encuentras vacía y no sabes quién eres»**

**Maryluz Cano**  
TERAPEUTA

constante, los proyectos diferentes, la incompatibilidad, más exigencias, crisis existencial, falta de comunicación, irresponsabilidades e infidelidad.

## Crisis de los 40

¿Por qué hay más personas que acaban sus relaciones a la edad madura? Tanto Ivorra como la terapeuta en relaciones de dependencia emocional y experta en tantra y trauma Maryluz Cano coinciden en que la mayoría de personas emparejadas «suelen tener un despertar en torno a esa edad». Lo completa así Maryluz: «Desde que nacemos, nuestros padres nos marcan un patrón de perfección que nos guían a la supuesta felicidad. Y cuando nos plantamos a cierta edad (los 40), y ves que has hecho los deberes que tocaba, como tener hijos, casarte o comprarte una casa, de repente encuentras un vacío en tu interior y no sabes quién eres».

Ocurre porque nos hemos encargado en el pasado de construirnos unas máscaras y una coarada para identificarnos con el entorno a fin de que nos acepten

socialmente. «Cuando te pasas toda la vida centrando tu energía fuera de ti, llega un momento en que te desconectas de tu verdadera esencia», señala Cano. El miedo paraliza la toma de decisiones. Es lo que creen las expertas cuando aparecen los hijos en esta ecuación. Se dice que son los causantes de las rupturas, pero ambas discrepan. «Siento que a veces se tiene la idea de que si una pareja tiene un proyecto común, como son los hijos, no se pueden tomar decisiones y se prefiere responsabilizar a los hijos, cuando son los hijos que preferirían una ruptura

para ver bien a sus padres», opina Cano. ¿Cómo serán las relaciones en el futuro? A esta pregunta responde Ivorra, que «si ya se apreciaba que esta era sería fría, la capa de hielo puede ser más fina en el futuro. Tendemos hacia la auto-fragilidad, a no procesar emociones y a no sostener vínculos».

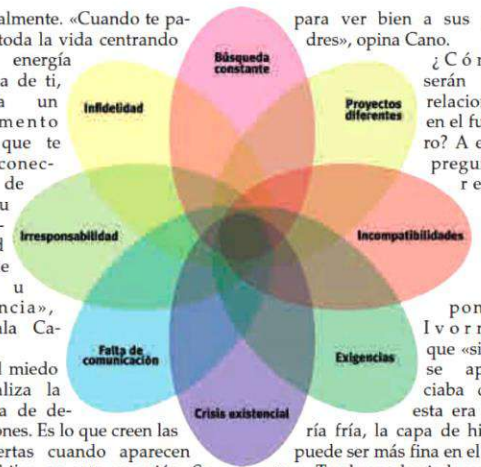
para ver bien a sus padres», opina Cano.

¿Cómo serán las relaciones en el futuro? A esta pregunta responde Ivorra,

que «si ya se apreciaba que esta era sería fría, la capa de hielo puede ser más fina en el futuro. Tendemos hacia la auto-fragilidad, a no procesar emociones y a no sostener vínculos».

Cano percibe que hay un grupo de personas maduras que «han despertado» y que se interesan más por conocer las emociones, el amor propio y romper patrones pasados. «Hay esperanza de que evolucionemos», dice.

El miedo paraliza la toma de decisiones. Es lo que creen las expertas cuando aparecen los hijos en esta ecuación. Se dice que son los causantes de las rupturas, pero ambas discrepan. «Siento que a veces se tiene la idea de que si una pareja tiene un proyecto común, como son los hijos, no se pueden tomar decisiones y se prefiere responsabilizar a los hijos, cuando son los hijos que preferirían una ruptura





# «Las campeonas han mostrado su valentía dejando la selección»

► Profesionales del fútbol en la Isla, como Mar Mas, creen que es hora de crear una **federación** femenina

Angle Ramón | PALMA

«Me duele que solo se hable de Luis Rubiales y no de las jugadoras y el papel que tienen. Porque si echo la vista 25 años atrás, me pongo a reír si nos dijeran que podríamos jugar un Mundial y ser campeonas. Al final, el trabajo es de todas las que han luchado para que el fútbol femenino avance. Por Pili Espadas, por Estefanía Banini o Chus Tamurejo, entre muchas». Son las palabras de Mari Paz Cerdà, veterana del fútbol femenino y presidenta de la Agrupación Deportiva de Son Sardina, que tiene claro que desde el viernes, «hay un antes y un después». El presidente de la Real Federación Española del Fútbol (RFEF) no dimitió a pesar de estar en el ojo del huracán por propinar un beso a la jugadora Jennifer Hermoso, sin consentimiento como ella misma comunicó, y su actitud machista. El 'caso Rubiales' ha trascendido más allá del beso. Los profesionales del fútbol en Mallorca entrevistados por **Última Hora** dejan claro que existen complejidades subyacentes relacionadas con la igualdad de género en el deporte, con la sociedad y con la propia Federación. Que ya hablamos de términos como «respeto y consentimiento» y que la historia pone de manifiesto «que incluso en momentos de triunfo, las profesionales se enfrentan a



**«Incluso en momentos de triunfo, las jugadoras se enfrentan a desafíos relacionados con el género»**

**Tòfol Villalonga**  
PSICÓLOGO DEPORTIVO



**«El sistema deportivo español es endogámico y corrupto»**

**Mar Mas**  
PRESIDENTA DE LA ASOCIACIÓN DE MUJERES FUTBOLISTAS

desafíos relacionados con el género», como expresa Tòfol Villalonga, psicólogo deportivo.

«Las campeonas han mostrado su valentía y son todo un ejemplo diciendo que dejaban la selección. Han demostrado que no están atadas a una federación que, además, no ha hecho nada por las mujeres», señala la presidenta de la Asociación de Mujeres Futbolistas, Mar Mas. Considera que España, ahora mismo, «es el hazmerreír» a nivel internacional, y que de nada sirven las «amenazas económicas o de retiradas de licencias» de la propia RFEF hacia ellas.

El apoyo es «máximo» para las 23 campeonas del Mundial.



Momento en que Rubiales le da un beso a la jugadora Hermoso.

Por ello, los profesionales consultados creen que ahora es el momento de crear una federación «propia» —solo femenina— para las jugadoras y que, además, «se modifique la Ley del Deporte que llevamos 30 años reclamando», sostiene Mas. «Todas sufren la discriminación del sistema deportivo español, que es endogámico y corrupto. El sistema se protege a sí mismo y por eso no se ha destituido a Rubiales desde el primer momento», critica Mar Mas.

La jugadora mallorquina Mari Paz Cerdà recuerda que cuando tenía 21 años no se permitía que las profesionales fueran a un Mundial. Pero que gracias a la lucha constante se han conseguido cosas extraordinarias. Y lo dice esta futbolista que a día de hoy «veo a niñas que lloraron cuando conocieron a Cata



**«Me duele que solo se hable de Luis Rubiales y no de las jugadoras y del papel que tienen»**

**Mari Paz Cerdà**  
A.D. SON SARDINA



**«Siempre ha habido actitudes machistas hacia nosotras pero no se puede permitir en el siglo XXI»**

**Pili Espadas**  
CAPITANA DEL COLLERENSE

Coll y Mariona Caldentey. Esto, hace 10 años, era impensable que ocurriera. Ahora el Son Sardina llevamos cinco equipos de niñas».

Pili Espadas empezó a jugar a fútbol hace más de 25 años cuando en ese momento ver a una niña jugar es que era «marimacho», rememora. Admira la valentía de las jugadoras de la selección española de fútbol: «Hemos sido campeonas del mundo y ha durado un día. Al segundo y tercero, solo se hablaba de Rubiales. Me entristece que esto ocurra en este país».

Espadas es la cabeza principal del club de toda su vida, el Collerense, y la jugadora balear con más temporadas continuadas a sus espaldas. Si echa la vista atrás, «no éramos nada en el fútbol y hoy las mujeres tienen posibilidades, infraestructuras y clubes que las respaldan. Siempre ha habido actitudes machistas hacia nosotras, pero no se puede permitir esto en el siglo XXI. La sociedad avanza y por ello considero que hay altos cargos del deporte, que pagamos todos, que deberían tener una imagen y mostrar respeto. Es hora de tomar decisiones», opina.

## → EL APUNTE

### Apoyo del Moviment Feminista de Mallorca a todas las jugadoras

► El Moviment Feminista de Mallorca también aportó su granito de arena contra Luis Rubiales difundiendo ayer un comunicado en el que manifestaban que la conducta del presidente de la RFEF es «inaceptable», «sexista» y de «abuso de poder», no solo por el beso que le dio a la jugadora Jennifer Hermoso tras la victoria, que es «la punta del iceberg», sino que señalan su actitud «machista» que llevan criticando las jugadoras desde 2015.

► Más información en páginas 36 y 37



# El COPIB se reúne con los sindicatos docentes para defender de forma conjunta la incorporación del profesional de la psicología educativa en colegios e institutos

## REDACCIÓN

Responsables del Col·legi Oficial de Psicologia de les Illes Balears (COPIB) se han reunido desde el pasado mes de abril con sindicatos docentes de las Islas y la Federación de Padres de Alumnos de Mallorca (FAPA), para analizar las competencias y funciones de la figura del profesional de la psicología educativa y defender de forma conjunta la incorporación de los/as psicólogos/as de esta área en todos los centros educativos de la comunidad autónoma.

En concreto, el decano del COPIB, **Javier Torres**, la vocal de Psicología Educativa, **Marta Huertas**, y la subsecretaria de la Junta de Gobierno del Colegio, **Ana María Madrid**, se han reunido con representantes de FAPA Mallorca y de los sindicatos docentes Alternativa, ANPE, UOB, UGT, FSIE, STEI y CCOO.

La principal conclusión que se extrae de estos 7 encuentros es que todas las entidades se muestran favorables a los planteamientos del Colegio, que, defiende la incorporación de profesionales de la Psicología educativa en los colegios e institutos de Baleares como figura clave en el desarrollo óptimo de los procesos educativos a lo largo de todo su ciclo vital, desempeñando funciones de asesoramiento y apoyo especializado, tanto dentro como fuera de los centros educativos y colaborando con los tres actores principales del sistema de relaciones educativas: alumnado, familias y profesorado.

## Manifiesto

En las próximas semanas, el COPIB redactará un manifiesto/documento que recoja información detallada sobre las competencias y funciones específicas de la figura del/de la profesional de la psicología educativa y que trasladará a todas las entidades implicadas para su revisión y aportaciones. El objetivo es firmar una declaración conjunta para reclamar de forma unánime a la Conselleria de Educación la incorporación de estas/os profesionales a todos los centros educativos de las Islas, tal y como ya sucede en países como Portugal.



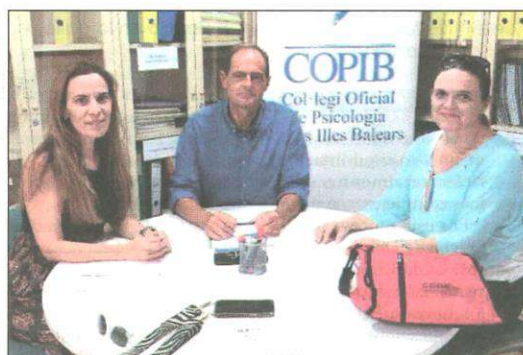
Con representantes de ANPE.



Reunión con FAPA.



Con miembros de STEI.



El Colegio de Psicólogos también atendió a CCOO.



El decano Javier Torres y UGT.



Momento de la reunión con FSIE.

En el transcurso de las reuniones que se han celebrado, los representantes del COPIB han explicado que la voluntad del Colegio al solicitar la inclusión del profesional de la psicología en colegios e institutos no es anular otros perfiles profesionales, sino apostar por la creación de departamentos multidisciplinares donde cada integrante desarrolle las funciones profesionales para las que está formada. En este sentido, además de funciones de orienta-

ción, el/la psicólogo/a educativo está capacitado para llevar a cabo funciones de asesoramiento y apoyo especializado relacionadas con la prevención y promoción del bienestar emocional del alumnado, independientemente de las labores de diagnóstico e intervención.

Tal y como vienen constando los últimos estudios e informes, tras la pandemia de la COVID-19 se ha incrementado de manera preocupante toda una serie de necesidades y problema-

áticas en los contextos educativos, que, en los últimos años, venían detectando ya representantes de las familias (FAPA), profesorado y profesionales de la psicología, y que requieren de una atención especial para mejorar el bienestar emocional del alumnado y de toda la comunidad educativa: abandono y fracaso escolar, como consecuencia, en la mayoría de los casos, de problemas psicológicos y trastornos emocionales no abordados en el momento

oportuno: acoso escolar, ciberbullying, autolesiones, aumento significativo de los trastornos de alimentación, ideaciones suicidas, el duelo, los síntomas depresivos y tristeza, la baja autoestima y la ansiedad, adicciones a las nuevas tecnologías, problemas de drogodependencia, violencia filioparental, entre otros problemas.

Todas estas problemáticas son indicativas de que el sistema educativo se merece especialistas en salud mental.



# Altres notícies d'interès

Del 07 al 27-08-2023 SALUT I FORÇA

## El nuevo edificio de Enfermería, Fisioterapia y Psicología de la UIB, a punto

El proyecto ha supuesto una inversión de 7 millones de € y dos años y medio de obras

CARLOS HERNÁNDEZ

La Universitat de les Illes Balears (UIB) inaugurarà oficialment el pròxim mes de setembre el nou edifici de Enfermería, Fisioterapia y Psicología, que ha supuest una inversión de 6,9 millones de euros y cuyas obras se iniciaron en marzo de 2021. Casi dos años y medio después, en breve se conocerá la fecha oficial de la inauguración, que llega con año de retraso, ya que, en la puesta de su primera piedra, se anunció que estaba previsto que estuviera listo para el curso 2022-2023.

Este edificio de tres plantas cuenta con una superficie de 5.500 metros cuadrados, en los que se habilitan 25 aulas, unos 90 departamentos, espacios de administración, un comedor, un patio interior, varios laboratorios, una librería y un cajero automático.

En concreto, en la planta tiene, el comedor para estudiantes y los servicios administrativos; en la primera planta se ubican más aulas y los laboratorios, y en la tercera están los despachos del profesorado de los grados que se impartirán en este edificio.

### Energía

Se trata de una edificación con baja tecnificación y con un sistema autónomo de ahorro de energía, según explicó en su día el arquitecto Antoni Barceló, quien ha diseñado la planificación de este espacio junto a Bárbara Balanzó.



Imágenes del nuevo edificio.

Fotos Toni Costa / UIB.



Así, se ha construido un edificio "ligero, compacto, flexible, eficiente y económico", que tiene como objetivo fomentar su propia eficiencia ambiental, partiendo de estrategias de disminución de la demanda energética y utilizando sistemas económicos.

Con este edificio, la UIB mantiene la idea de continuar con la modalidad educativa presencial. En este sentido, el proyecto forma parte de la planificación del programa operativo de los Fondos Europeos de Desarrollo Regional (Feder), que se formalizó en noviembre de 2018 a través de un convenio entre el Govern y la UIB.

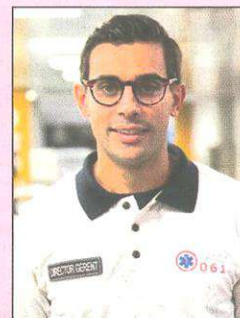
## Eloy Villalba continuará como gerente del SAMU 061

REDACCIÓN

El director general del Servicio de Salud, Javier Ureña, ha ratificado en el cargo a Eloy Villalba Ballesteros como gerente del Servicio de Atención Médica Urgente SAMU 061. Es el director gerente del SAMU 061 desde el mes de noviembre de 2021 y fue su director de enfermería entre 2019 y 2021. Nacido en Sevilla

en 1986, Eloy Villalba es diplomado en Enfermería por la Universidad de Sevilla, tiene un MBA (master of business administration) y un Executive MBA por la EAE Business School. También tiene un máster en Urgencias y Emergencias por la Sociedad Española de Medicina de Urgencias y Emergencias (SEMES) y por la Universidad Católica San Antonio de Murcia (UCAM).

En el ámbito profesional, Eloy Villalba inició su trayectoria en la sanidad privada en la Unidad de Urgencias del Hospital USP Palmaplanas. Se incorporó al Servicio de Salud en 2008 (primero en el Hospital Universitario Son Llàtzer y después en el SAMU 061). Desde la vertiente de la gestión sanitaria, ha trabajado, primero, como director de enfermería del el Hospital Juane-



Eloy Villalba.

da Miramar (2016-2018), desde el año 2019 como director de enfermería del SAMU 061

y desde 2021 como director gerente.

Durante su etapa al frente de la Gerencia, juntamente con su equipo directivo, han puesto en marcha los dispositivos de coordinación para hacer frente a la pandemia generada por la COVID-19; han promovido el traslado del SAMU 061 a unas nuevas instalaciones y han iniciado el proceso de creación de una nueva base del 061 en Formentera. Han gestionado, además, la renovación de toda la flota de ambulancias de las Illes Balears y ha puesto en marcha el aula de simulación para profesionales.



# El PP decide mantener a Oriol Lafau al frente del área de Salud Mental

► Consideran que su labor durante estos años ha sido beneficiosa para los ciudadanos ► Iba de número seis al Parlament por el PSIB antes de renunciar

**Guillem Porcel**  
PALMA



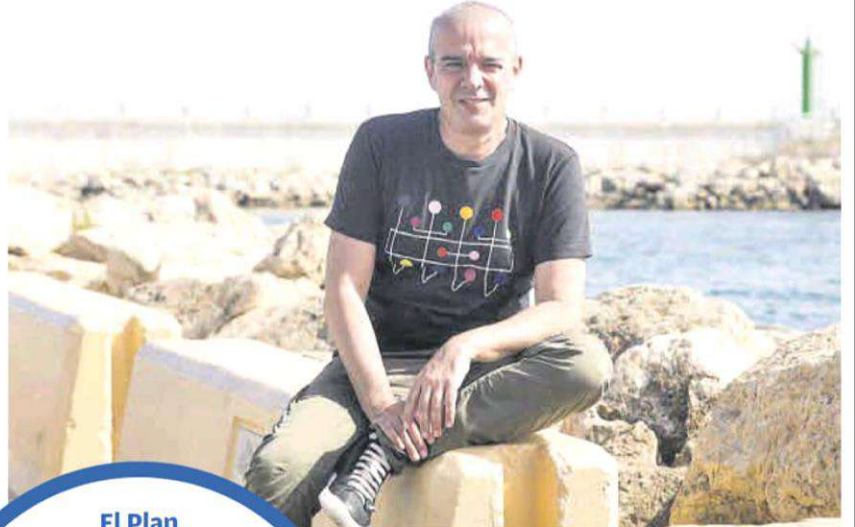
El coordinador de la estrategia autonómica de Salud Mental, Oriol Lafau, seguirá en el puesto pese al cambio de Govern. El PP ha decidido mantener al psiquiatra porque consideran que su labor durante estos años ha sido beneficiosa para los ciudadanos. Lafau iba como número seis en las listas del PSIB-PSOE al Parlament en las autonómicas de este año y fue uno de los principales fichajes de Francina Armengol para esta legislatura, aunque el médico catalán decidió renunciar antes de la celebración de los comicios del 28M tras las duras declaraciones del partido sobre la gestación subrogada. Lafau es padre por este método y, tras las críticas de sus compañeros, tomó la decisión de dimitir dada la dificultad para encajar esta realidad con la postura del partido.

Desde el PP dejan claro que,

pese a su cercanía con los socialistas, Lafau tiene todo el apoyo del sector sanitario y, por tanto, mantendrán al psiquiatra en su posición para que siga trabajando «igual que hasta ahora» en el departamento: «No queremos sectarismos y consideramos que la estrategia seguida durante todo este tiempo ha sido correcta».

El psiquiatra siempre ha sido considerado un profesional de reconocido prestigio y lleva más de veinte años trabajando en este ámbito. Se trata de una persona experta en conductas suicidas y ha trabajado en varias iniciativas para tratar de atajar esta problemática en las islas, por lo que su perfil encaja perfectamente en este cargo.

Cuando decidió renunciar a las listas, Lafau explicó que estaba volviendo a tener mucho trabajo y tenía claro que quería seguir con su labor como coordinador auto-



## El Plan estratégico estará listo dentro de seis meses

► El Govern de Francina Armengol comenzó, en marzo de 2022, la elaboración de un Plan estratégico de salud mental que estará listo, si no hay contratiempos, dentro de seis meses. Servirá para facilitar la detección, evaluación, atención e integración socioeducativa y laboral de las personas que sufren o puedan sufrir algún problema de salud mental, así como evitar demoras en el tiempo y asegurar el acceso rápido, un aspecto muy importante para evitar el aumento de la gravedad de cada una de las situaciones vividas. G.P. PALMA

El psiquiatra Oriol Lafau.

más allá de la cuestión política, el psiquiatra era «la persona más capacitada para desarrollar esta función».

Lafau explicó ayer a este diario que la consejera de Salud, Manuela García Romero, le comunicó la decisión hace apenas tres días y le pidió que siguiera con una línea continuista porque el trabajo que han venido realizando tanto él como su equipo está dando buenos resultados y va en la dirección correcta.

Cuenta que no se esperaba la noticia y afronta esta nueva etapa «muy contento» porque supone un respaldo importante a la labor que han llevado a cabo en los últimos años. Ahora faltará saber quién ocupará la Dirección General de Salud Mental, aunque Lafau

espera que no se demore mucho el nombramiento: «Esperamos tener los recursos suficientes para seguir trabajando en la misma línea».

El PP incluyó en su programa electoral compromisos vinculados con la salud mental: el impulso a las estrategias en este ámbito con especial atención a la prevención del suicidio y en la población infanto-juvenil, ofreciendo un servicio integral de salud mental dotado de los recursos suficientes; el desarrollo de las Unidades de Salud Mental infanto-juvenil en todas las áreas de salud, así como los protocolos de detección temprana en el ámbito escolar y la continuidad asistencial de estos pacientes, y la incorporación de la perspectiva de género e impulso de acciones específicas para el abordaje de la salud mental en los colectivos más vulnerables.

nómico por la Salud Mental. Preguntado acerca de si se arrepentía de haber tomado la decisión de entrar en política, dejó claro que no porque «todos tenemos el derecho de tomar los pasos que queremos, estoy contento como estoy». Además, la anterior consejera de Salud reivindicaban que,



# Projecte Home alerta de que cada vez acuden más mujeres con adicciones

► La entidad atiende a 806 personas diariamente y la heroína ya solo representa el 9 por ciento de los usuarios

EUROPA PRESS. PALMA

■ El presidente ejecutivo del Projecte Home Balears, Jesús Mullor, asegura que «cada vez acuden a la entidad más mujeres» ya que en los últimos cinco años el número de usuarias ha pasado del 18 al 23%: «Esto se debe a dos factores: por un lado, el esfuerzo de la entidad para acercarse a la doble vulnerabilidad que tiene la mujer, por ser mujer y adicta, y por otro, al programa del alcohol».

Tras su reunión con la presidenta del Govern, Marga Prohens, contestó a una pregunta sobre cómo definiría la evolución de las adicciones en Balears en los 36

años de vida de Projecte Home Balears: «Ha habido un cambio de perfil de las personas, cuando se abrió la entidad en 1987 era una respuesta a la pandemia de la heroína y la drogodelincuencia. Ahora la realidad es muy diferente, ya que Projecte Home atiende a 806 personas diariamente y la heroína no ha desaparecido pero representa un 9%, el resto tienen que ver con la cocaína, las adicciones comportamentales, el cannabis o el alcohol».

El presidente de la entidad asegura que sería «una utopía» cerrar ya que sigue habiendo casos

Mullor incide en que las personas que trabajan en la entidad tienen «un sueño» que sería «cerrar Projecte Home Balears», algo que supondría «un síntoma de una sociedad más saludable, una utopía».

«Mientras tanto, se dará respuesta a los usuarios y se abrirán los programas que sean necesarios, porque en 1987 solo había un programa pero ahora hay entre 36 y 38 para atender a los diferentes perfiles», expresa.

Mullor también explicó que la líder del Ejecutivo balear mostró su «interés» por conocer las realidades sociales y de consumo que se trabajan en Projecte Home Balears, además de la labor que realiza la entidad con las familias y con las personas afectadas por las diferentes adicciones. Además, le invitó al 36 aniversario de la entidad, que se celebrará el próximo 31 de agosto.



## Teléfono de la Esperanza Atiende el doble de llamadas por temática suicida

► El Teléfono de la Esperanza ha casi duplicado, en tres años y medio, el número de llamantes atendidos en Balears por temática suicida, con un total de 672 contabilizados entre 2020 y 2023 –de enero a junio–, frente a los 355 atendidos entre 2010 y 2019. Según advirtió la entidad, en estos tres años y medio se observa, por tanto, como casi se ha duplicado la

cantidad de personas atendidas en este sentido. Cabe destacar, además, que con motivo del Día Mundial de la Prevención de la Conducta Suicida, el Teléfono presentará una campaña de prevención de suicidios y un informe más detallado sobre el perfil de los llamantes. Cabe recordar que el Teléfono de la Esperanza en Balears es el 971 46 11 12. E.P. PALMA





El centro de salud de Atención Primaria de Son Gotleu.

MIQUEL MASSUTÍ

La conselleria de Salud lo vincula al déficit de profesionales sanitarios especializados en este campo

Actualmente hay un total de 27 plazas aprobadas para estos especialistas que no han sido cubiertas

Primaria te deriva a este servicio, donde un conjunto de psiquiatras, psicólogos, enfermeras y trabajadores sociales llevan a cabo un seguimiento de la situación. En Mallorca hay un total de siete Unidades de Salud Mental: tres en la zona de Ponent, dos en Migjorn, una en el Llevant y una en Tramuntana.

No obstante, esta prestación sanitaria no cubriría los casos más leves que puedan sufrir los jóvenes en la actualidad como puedan ser episodios de ansiedad o estrés. En estas situaciones sería el médico de familia el encargado de estudiar cada caso y ver si es necesario derivarlo a los dispositivos especializados.

#### Una prioridad para el Govern

La salud mental es uno de los aspectos fundamentales en los que quiere trabajar el Govern. De hecho, en el acuerdo programático firmado entre el Partido Popular y Vox se incluyó el siguiente punto en el apartado de Sanidad.

«La salud mental será uno de los pilares del sistema sanitario público con atención especial a la lacra del suicidio y a la soledad no deseada. Reforzaremos las medidas de prevención para concienciar sobre esta cuestión». Asimismo, la conselleria creó una dirección general de salud mental, cuyas funciones serán las de «promoción de la salud mental fomentando el autocuidado personal desde las escuelas, los hábitos de vida saludable y la educación en salud».

**Andrés Martínez**  
PALMA



## Atención Primaria solo cuenta con cuatro psicólogos clínicos en toda Mallorca

La Atención Primaria de Balears solo cuenta con cuatro psicólogos clínicos en toda Mallorca. Así, los únicos centros de salud que tienen a un especialista en el campo de la salud mental son los de Campos, Sa Pobla, Santa Catalina y Son Gotleu, uno por cada sector. Según explica la conselleria de Salud, el déficit de profesionales sanitarios que se especializan en psicología clínica en las islas está provocando dificultades a la hora de ocupar estos puestos.

De hecho, actualmente hay un total de 27 plazas aprobadas para psicólogos en Atención Primaria que todavía no están cubiertas por este motivo. La Conselleria asegura que dichas plazas se irán ocupando a medida que vayan apareciendo más psicólogos clínicos.

En este sentido, defienden que es una iniciativa que se ha puesto en marcha desde hace poco tiempo y

Los centros de Campos, Sa Pobla, Santa Catalina y Son Gotleu son los únicos que tienen a un especialista en salud mental a pesar de la demanda

dotar a los centros de este tipo de sanitarios no es una tarea fácil. El proyecto arrancó en el año 2022, cuando los elevados niveles de padecimiento mental registrados durante la pandemia provocaron que los problemas de salud mental se dispararan.

Los ingresos de menores por este tipo de dificultades crecieron un 50% en Balears tras el confinamiento y el 95% de los pediatras reconocieron

estar muy preocupados por el aumento de este tipo de trastornos mentales en los niños.

#### Aumento de la demanda

Un aumento de la demanda que reconoce la propia Conselleria, detallando que la pandemia ha marcado un antes y un después en la necesidad asistencial dentro de esta rama por parte de los ciudadanos, especialmente de los más jóvenes. A pe-

sar de que solo hay cuatro centros de salud en Mallorca que cuentan con psicólogos clínicos, el sistema sanitario también cuenta con las Unidades de Salud Mental, un recurso de segundo nivel asistencial que comparte Primaria con los hospitales. Estas unidades se encargan de cubrir los trastornos más graves de salud mental como pueda ser una depresión o conductas suicidas. En estos casos, el médico de familia de Atención



# Apuesta por la salud mental

La salud mental es un problema de tod@s. Cualquier persona, a lo largo de su vida, es susceptible de padecer un problema o patología vinculada a la salud mental. Es más, usted, también lo sufrirá. Y no hay que esconderlo ni avergonzarse ante tal cuestión. Se le debe dar una normalidad absoluta. No somos máquinas y en determinados momentos, evidentemente, somos frágiles ante cualquier contratiempo, adversidad, complicación o riesgo. Es algo común, en la mayoría de casos solucionable de la mano de expertos y que no podemos evitar, pero sí diagnosticar lo antes posible. Y lo que es más importante, tratarlo adecuadamente. La campaña electoral tuvo en la salud mental un capítulo importante en la agenda de **Marga Prohens**, previa al 28 de mayo. Anunció que “no se pondría de perfil” ante las carencias actuales y prometió que reforzaría durante su mandato el papel de la Atención Primaria mediante la incorporación de psicólogos clínicos y psicólogos generales en los centros de salud de Balears, con el objetivo de garantizar la prevención, detección y atención de trastornos mentales y psicológicos. La actual presidenta, por entonces máxima res-

ponsable del PP Balear, antes de llegar al poder, trazaba su plan desde las puertas del Hospital Psiquiátrico de Palma, acompañada de la diputada y ex ministra de Sanidad, **Ana Pastor** (voz autorizada y de prestigio por el sector sanitario de todo el país) poniendo el foco en la salud mental porque, lamentablemente, y más después de la pandemia, reconocía, como se sabe, que han aumentado las patologías vinculadas a la salud mental. En sus declaraciones a los medios, **Prohens** siempre se ha mostrado sensible ante esta cuestión: “La salud mental es un tema tan grave, tan serio y que afecta a

tantas personas que hace falta hablar de él con mucho respeto, empatía y seriedad”. Otra de las propuestas de los ‘populares’ es la previsión de desarrollar Unidades de Salud Mental infantojuvenil en todas las áreas de salud, así como protocolos de detección en el ámbito escolar y la continuidad asistencial, para garantizar especialmente la atención de los jóvenes. Ese es el camino. También, la incorporación de psicólogos en todas las Unidades de Trabajo Social de los ayuntamientos del archipiélago, para acercar así la salud mental a los barrios y a los pueblos, especialmente para los ciudadanos más vulnerables. Cerca de 50.000 personas en Balears sufren de alguna patología mental, más de 150.000 toman medicación y una de cada cuatro sufrirá algún trastorno de salud mental a lo largo de su vida, mayoritariamente, cuadros depresivos.

Además, están creciendo estas patologías es entre la población más joven, donde en los últimos dos años se ha incrementado más de un 60%, siendo el suicidio, que en los últimos años se ha situado en cerca de 90 al año, la peor consecuencia de estas.

Además, **Prohens** cumplió su palabra cuando prometió la creación de una Dirección General de Salud Mental en el organigrama de la Conselleria de Salut, departamento ya creado y en el que ha situado al frente a la doctora **Alicia González**, con gran trayectoria en la Psiquiatría y, procedente del hospital de referencia, Son Espases, donde fue jefa de Sección hasta hace pocas fechas. **Salut i Força** ha escuchado varias fuentes solventes que avalan su capacidad y solvencia para tal reto. Seguro que será un acierto su elección. Como también lo es mantener a **Oriol Lafau**, pero de eso, usted, inteligente lector y lectora, tiene más información en la página 7.



## Alicia González Guillén, al frente de la nueva Dirección General de Salud Mental

Licenciada en Medicina por la Universidad Autónoma de Madrid, ostentaba el cargo de jefa de Sección del Servicio de Psiquiatría del Hospital de Son Espases

**CARLOS HERNÁNDEZ**

Fue un anuncio de programa electoral por parte de **Marga Prohens** y una auténtica línea roja durante la campaña previa al 28M. La salud mental sería absolutamente prioritaria en el gobierno del Partido Popular. En ese sentido, ya cuando se conoció el organigrama a mediados de julio, se supo que habría un Dirección General específica de Salud Mental y faltaba por conocer el nombre de la persona que ocuparía dicha

responsabilidad. El pasado 11 de agosto, el Consell de Govern nombraba a la psiquiatra **Alicia González** como la nueva directora general de Salud Mental. La médica se incorpora al equipo de trabajo de la consellera de Salut, **Manuela García**. **González** es licenciada en Medicina por la Universidad Autónoma de Madrid, obtuvo la especialidad de Psiquiatría en el Hospital Psiquiátrico de Leganés y ha desarrollado la mayor parte de su carrera laboral en las islas.

Ha sido subdirectora de los servicios de Rehabilitación del Hospital Psiquiátrico y jefe de sección y coordinadora de la Unidad Comunitaria de Rehabilitación de Son Gibert. También ha participado en diferentes proyectos de investigación, en todos los planes estratégicos de salud mental del Servicio de Salud, y ha colaborado durante 30 años con el Teléfono de la Esperanza. Actualmente, era la jefa de Sección del Servicio de Psiquiatría del Hospital Universitari de Son Espases.



Alicia González.



# “La depresión posparto es un fenómeno muy frecuente y común”

Dra. Lorena Francés es psiquiatra infantil y perinatal en el Hospital Parque Llevant de Porto Cristo

## REDACCIÓN

Convertirse en madre supone un gran cambio tanto físico, como psicológico en la vida de una mujer. No obstante, las mujeres no suelen recibir atención suficiente ni muchas veces adecuada en esta etapa de su vida. “Durante el período de embarazo muchas mujeres se sienten muy solas”, afirma la Dra. Lorena Francés, especialista en psiquiatría del niño y del adolescente en el Hospital Parque Llevant. “Falta mucho cuidado a las madres, y quiero poner el foco sobre este hecho por las consecuencias que tiene”.

El periodo perinatal – que comprende el tiempo que va desde la semana 22 de embarazo al séptimo día de vida del recién nacido- es un momento que afecta a la mujer y produce un gran impacto a nivel emocional, social y físico. Es por estos motivos que se necesita poner especial atención y acompañar en el cambio transcendental que se está viviendo. “La depresión postparto es un fenómeno muy frecuente y común, y es recomendable no dejar a la mujer sola si necesita ayuda, sino que se la valore y acompañe por un profesional”, explica la experta del complejo hospitalario en Porto Cristo, añadiendo que las mujeres que sufren de ansiedad antes del embarazo tienen una elevada probabilidad de padecer una depresión postparto, “aunque no solo ellas”. La doctora advierte que una depresión postparto no tratada puede derivar en problemas mayores, por lo que la mujer necesita el acompañamiento de especialistas cuando lo requiera.

## Lactancia

Uno de los aspectos que en este sentido tiene especial importancia y poco se habla, es la lactancia. “Muchas mujeres quieren dar lactancia materna y no pueden, muchas veces porque no se les brinda el apoyo necesario, ni ellas ni el personal de las clínicas tienen la formación necesaria”. Las mujeres se encuentran problemas en la lactancia materna

y por ello, “solo un 40% dan lactancia materna exclusiva; ¡de estas dificultades, nadie habla!”. Asimismo, a las mujeres en tratamiento psiquiátrico se les desaconseja la lactancia materna cuando toman medicación, “cuando en realidad hay fármacos que no son incompatibles con la lactancia”, dice la psiquiatra.

La gran carencia que detectan y lamentan expertas como la Dra. Lorena Francés y grandes referentes en esta área, como la también psiquiatra infantil y perinatal y autora de varios libros dedicados a este tema, Ibone Olza, es la falta de conciliación para las madres. “La baja de maternidad en España es mucho más corta que en algu-

nos otros países europeos, como Alemania; además, la baja para las mujeres que han parido por cesárea debería ser más larga, teniendo en cuenta que una cesárea es una cirugía abdominal mayor”, constata la especialista del Hospital Parque Llevant. Y añade: “También sería necesario tener unidades hospitalarias donde las madres, si tienen que permanecer ingresadas por enfermedades de la psique, puedan tener a sus bebés con ellas. Es importante tener en cuenta la parte emocional de la diada madre-bebé, que se necesitan mutuamente. Actualmente, si la madre requiere un ingreso en una unidad de psiquiatría, se les separa del bebé, se corta la lactancia, y todo ello no ayuda a una recuperación rápida porque la mujer, además, se siente culpable por haber abandonado a su hijo o hija”.

► “Parir, además de irreversible, es imborrable. El parto queda muy grabado tanto en la madre como en el bebé, es un momento de impronta o sellado, que deja una huella indeleble...”. Ibone Olza (París)

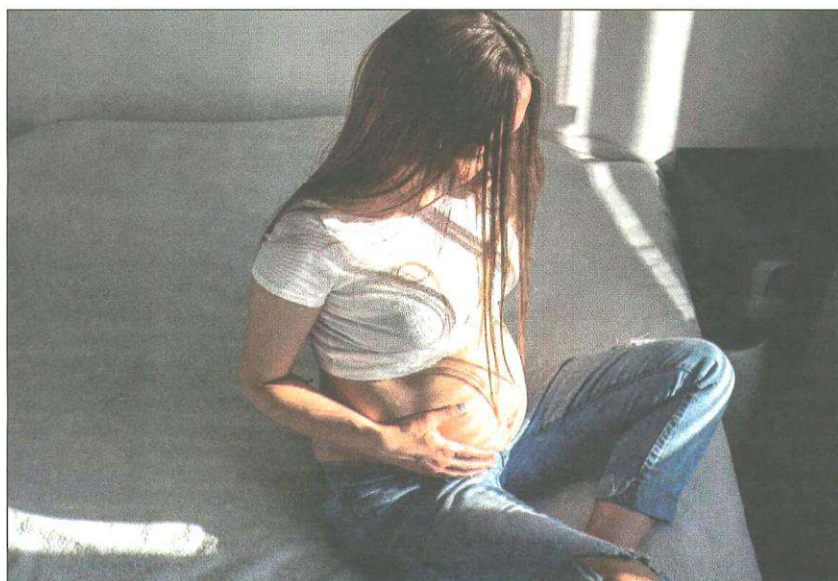
## Grupos de apoyo

Mientras que las unidades hospitalarias de ingreso madre-bebé de momento son una “utopía”, como reconoce la doctora, lo que sí tiene previsto es la creación de grupos de apoyo para mujeres embarazadas y mujeres que acaban de ser madres. “La idea es que sean grupos donde las mujeres -antes y des-



Lorena Francés.

► “La comprensión, la empatía, el sentirse cuidadas, acompañadas, sostenidas son necesidades primordiales para parir bien sea como sea tu parto (vaginal o cesárea). Lejos de estar amenazadas, inhibidas, juzgadas, estresadas. Esto también es un derecho que nos pertenece. Un derecho de nuestra intimidad sexual”. Ibone Olza (París).



pués del parto- pueden hablar con otras mujeres en situaciones parecidas, puedan hablar y compartir y se sientan acompañadas, no solo por las otras mujeres, sino también por profesionales formadas y concienciadas, y así, hacer tribu”.

En este sentido, y aunque queda mucho por hacer, el número de psiquiatras y psicólogos perinatales va en auge. “Hay muchas profesionales que han dado a luz y han vivido las carencias en sus propias carnes, por lo que quieren ayudar a otras mujeres”, explica Lorena Francés, y recuerda que todas las mujeres que se encuentran en esta situación deberían acudir a una especialista para prepararse para los grandes cambios que la esperan durante el embarazo, el parto y el postparto. “Como siempre, la prevención es crucial y puede ayudar a prevenir problemas mayores”.