

# Recull de premsa

31 -01-2026 NOU DIARI EIVISSA I FORMENTERA

## Psicólogos sin PIR en Atención Primaria: una solución provisional que «alivia listas de espera» en Ibiza a pesar de la polémica



La contratación de **cuatro psicólogos en Atención Primaria en Ibiza y Formentera** sin la especialidad vía PIR —Psicólogo Interno Residente, una formación de postgrado de cuatro años en España, esencial para obtener el título oficial de Especialista en Psicología Clínica y trabajar en el Sistema Nacional de Salud— ha generado polémica entre parte de la población y profesionales del sector sanitario que cuestionan si deberían trabajar sin esta formación. Sin embargo, a consultas de Noudiari, tanto el **Colegio Oficial de Psicología de las Islas Baleares (COPIB)** como la **Conselleria de Salut del Govern balear** defienden la medida como una **respuesta necesaria ante la falta estructural de especialistas y subrayan que la experiencia, en marcha desde de octubre de 2025, está siendo «claramente positiva».**

El debate ha resurgido tras la difusión de críticas que alertaban de un supuesto menoscabo en la atención a los pacientes. Una afirmación que el COPIB rechaza de forma tajante. “Eso es falso completamente”, asegura su decano, **Javier Torres Ailhaud**, quien insiste en que los profesionales incorporados **cuentan con formación reglada, experiencia acreditada y están plenamente capacitados para atender los casos que llegan a los centros de salud.**

### Una carencia estructural que se arrastra desde hace años

El origen del problema no es nuevo. Las Illes Balears, y especialmente Ibiza y Formentera, arrastran desde hace años un **déficit estructural de psicólogos clínicos con titulación PIR (Psicólogo Interno Residente)**. Una situación que se ha hecho evidente tras **numerosos procesos de selección con este requisito que han quedado desiertos, pese a los reiterados llamamientos realizados por el Servei de Salut.**

Según explican fuentes de la Conselleria de Salut, se han llegado a convocar **hasta una veintena de procesos ordinarios para cubrir plazas de psicología clínica** —tanto en hospitales como en Atención Primaria— sin éxito, debido a la falta de candidatos que cumplieran los requisitos exigidos. Un problema que no es exclusivo de Baleares, sino que afecta al conjunto del sistema sanitario español.

Desde el COPIB llevan tiempo reclamando una solución de fondo. **“Desde hace ya bastantes años siempre hemos pedido tanto a la Conselleria como al Ministerio de Sanidad que se aumenten las plazas PIR en Baleares”**, explica Torres Ailhaud. Actualmente, el número de plazas asignadas a las islas oscila entre **cinco y siete anuales, una cifra que el propio colegio profesional considera claramente insuficiente.**

## El proyecto piloto en Atención Primaria

Ante la imposibilidad de reforzar la atención psicológica por la vía ordinaria, la Mesa Sectorial de Sanidad acordó activar un procedimiento extraordinario. Así nació un proyecto piloto impulsado por la Dirección General de Salud Mental para **incorporar psicólogos a los centros de Atención Primaria mediante contratos vinculados a un programa de un año de duración, prorrogable en función de los resultados.**

La convocatoria, de ámbito autonómico, ofertó **16 plazas en total, cuatro de ellas en Ibiza y Formentera.** Para estos puestos **no se exigió el PIR, sino el grado en Psicología y el Máster en Psicología General Sanitaria, una decisión motivada exclusivamente por la imposibilidad reiterada de cubrir las plazas con especialistas.**

Desde la Conselleria subrayan que ninguno de los profesionales contratados cuenta con el PIR porque el requisito no se estableció en esta convocatoria extraordinaria y responde a una situación de emergencia asistencial.

## Funciones diferenciadas y sin solapamientos

Uno de los argumentos que más enfatiza el COPIB es que no existe solapamiento de funciones entre los psicólogos de Atención Primaria y los especialistas en Psicología Clínica. **“Las funciones son completamente diferentes”,** recalca el decano del colegio. Mientras los psicólogos clínicos trabajan en unidades de salud mental, hospitales o dispositivos especializados, los profesionales incorporados a los centros de salud atienden patología leve y situaciones de malestar emocional (ansiedad, depresión moderada...) en una fase inicial.

Este enfoque permite, según explica Torres Ailhaud, una atención más ágil y cercana, así como una detección precoz de los casos que requieren derivación a servicios especializados. **“Aquí se trata de dar una respuesta real a una necesidad que tenía la ciudadanía”,** enfatiza

## Menos listas de espera y menos medicalización

Los primeros resultados del programa son, según coinciden el COPIB y la administración, **alentadores.** Los psicólogos incorporados **atienden a los pacientes con una frecuencia semanal o quincenal y sesiones de aproximadamente una hora,** muy lejos de los tiempos de espera de meses que se registraban en otros dispositivos.

**“Hemos detectado una alta adherencia al tratamiento por parte de las personas atendidas, y eso es muy importante”,** explica el decano del COPIB, que ha mantenido contacto directo con algunos de los profesionales incorporados. Además, subraya que **la integración en los equipos de Atención Primaria ha sido valorada de forma muy positiva tanto por el personal médico como por el de enfermería.**

Uno de los efectos más relevantes es la **reducción de la medicalización**. “Si la problemática psicológica se trata desde el primer momento, **evitamos la cronificación y también que se recurra a medicación cuando no es necesaria**”, subraya Torres Ailhaud. Una idea que comparten desde la Conselleria, donde destacan que el programa **permite liberar a los especialistas para que se centren en los casos más complejos**.

## **La vivienda, un obstáculo añadido en Ibiza y Formentera**

A la falta de plazas PIR se suma otro factor clave en el caso de Ibiza y Formentera: la grave crisis de acceso a la vivienda. “No es solo una dificultad, es prácticamente una imposibilidad”, reconoce el decano del COPIB. El elevado coste del alquiler, incluso para habitaciones en pisos compartidos, disuade a muchos profesionales de la península de trasladarse a las islas.

Desde el área de Salud de Ibiza y Formentera reconocen que esta situación ha complicado aún más la cobertura de plazas. De hecho, **una de las cuatro plazas previstas en Ibiza, la que iba a cubrir los centros de salud de Santa Eulària y de Formentera, sufrió una renuncia de última hora, lo que obligó a reactivar el proceso y retrasó su cobertura definitiva**. Y es que en Ibiza los cuatro profesionales cubren en total los ocho centros de salud.

## **Una solución provisional que no sustituye al PIR**

Tanto el COPIB como la Conselleria insisten en que este modelo **no pretende sustituir a la psicología clínica ni eliminar la necesidad de especialistas con PIR**.

*“Defendemos la incorporación de los psicólogos generales sanitarios en Atención Primaria, pero eso no quita que sigamos reclamando al Ministerio que amplíe el número de plazas PIR”, señala Torres Ailhaud.*

El compromiso del Ministerio de Sanidad de triplicar estas plazas, anunciado tras la pandemia, sigue sin materializarse. **Mientras tanto, las comunidades autónomas se ven obligadas a buscar soluciones intermedias para no dejar desatendida a la población**.

**“El tratamiento psicológico no es un lujo, es una necesidad”**, concluye el decano del COPIB. Una necesidad que, al menos por ahora, en Ibiza y Formentera ha encontrado en este proyecto piloto una vía para aliviar las listas de espera y mejorar la atención a la salud mental desde la primera línea del sistema sanitario. No convence a todos pero los profesionales insisten en que es una solución intermedia que está dando ya sus primeros frutos.

## Javier Torres, decano de los psicólogos de Balears: «Quitar el móvil no basta: hay que ofrecer alternativas a los menores»



**Javier Torres Ailhaud** es decano del **Colegio Oficial de Psicología de las Islas Baleares (COPIB)** que, precisamente, está trabajando en la organización de las **II Jornades de Psicologia de les Illes Balears**, que se celebrarán en el **Centre Cultural de Jesús, Santa Eulària**, entre los días 6 y 7 de **marzo** con temas de plena actualitat: salud mental entre los adolescentes, **adicción a las pantallas y a las redes sociales** o cómo construir relaciones sanas, entre otros muchos.

Torres Ailhaud hace un repaso con Noudiari de las inquietudes de su gremio, focalizadas en la salud mental de la adolescencia y también en que las empresas protejan la de sus trabajadores. Admite que la precariedad de la vivienda y el desarraigo de muchos trabajadores y trabajadoras son factores de riesgo añadidos en Ibiza y Formentera.

—Cada vez más gente habla abiertamente de que acude al psicólogo. La impresión generalizada de que hay más problemas de salud mental en la población, ¿se debe a la visibilización del tema o a que realmente hay más afectación? Desde el COPIB, **¿han detectado un aumento significativo de las consultas por salud mental en los últimos años?** ¿A qué se debe?

—Sabemos que en el ámbito público hay listas de espera muy importantes y que en las consultas de psicología privadas también. De hecho hay profesionales en consulta privada que tienen listas de espera de tres meses. Esto nunca antes se había visto.

—**¿Qué nos está indicando esto?**

—Nos está indicando que hay una problemática psicológica importante en la población y que también es cierto que se está normalizando el ir al psicólogo, que no pasa nada por ir al psicólogo. Ya no hay esa estigmatización de hace diez, doce años, cuando muchas personas mantenían en secreto que iban al psicólogo para no ser señaladas: “esta persona está mal de la cabeza, tiene problemas”.

Ha ayudado no solamente el trabajo que estamos haciendo todos los profesionales de la psicología, sino también la normalización que han hecho personas muy conocidas del ámbito artístico, del deporte, de las letras... Han manifestado públicamente que tienen un problema de salud mental y que tienen que parar, cuidarse, recurrir a ayuda. Esto contribuye a que una persona no tenga reparo en solicitar ayuda de un profesional de la Psicología.

—**¿Siempre es positivo que personajes públicos hablen abiertamente de ansiedad, de depresión o de un parón para cuidarse?**

—Es positivo siempre y cuando no banalicemos ese problema. No podemos caer en el «por cualquier tontería voy al psicólogo». Dicho esto, es importante que gente conocida haya manifestado esas situaciones. Pongo el ejemplo **Iniesta**, que ha sido un referente al hablar de salud mental en el deporte... pero luego incomoda que haya gente que utilice esto para cualquier obviedad o cualquier banalidad: “Estoy un poquito nervioso, voy al psicólogo”. Eso tampoco es. Tampoco quiero poner ejemplos con nombre y apellidos, pero sí que nos parece aprovecharse de esa notoriedad y de ser un personaje público para hacer caja.

***“No podemos banalizar la salud mental ni convertirla en un simple contenido”***

—**¿Se está monetizando la salud mental porque este tipo de contenido genera audiencia?**

—En parte, sí. Hay gente que hace podcasts, TikToks y comparte a diario cómo está, sin ser consciente de que no todo el mundo tiene el privilegio de ser una persona pública sin problemas económicos. La realidad de mucha gente es muy distinta: personas que lo están pasando realmente muy mal, que saben lo que es una depresión profunda o estar cuatro meses en casa sin fuerzas ni siquiera para salir de la cama. Por eso es importante no banalizar la salud mental ni convertirla en un simple contenido.

—**Entre los jóvenes hablan con mucha naturalidad en estos términos: “esto me da ansiedad”, “tengo depresión”. ¿Estamos ante una generación con más problemas psicológicos o se abusa de esta terminología?**

—Es importante no psicopatologizar a nuestros menores y adolescentes. No todos los menores y adolescentes están mal ni tienen problemas psicológicos. Es verdad que hay un tanto por ciento elevado de adolescentes con problemática psicológica y eso hay que atajarlo. Ha habido una medida muy importante, que sacó hace un año la Conselleria de Educación, y es la incorporación de psicólogos en los centros educativos. Los datos son espectaculares: están ayudando mucho a los adolescentes. Pero es importante que no nos quedemos con la idea de que hay que psicopatologizar a las generaciones jóvenes.

Hay gente muy sana y también situaciones en el día a día de crisis, ansiedad, de autoestima, de tema de identidad sexual, de liderazgo, de no sé qué hacer con mi vida...

**—Sin caer en alarmismos si que me han reportado casos en Ibiza de alumnado que se autolesiona, algo que generaciones pasadas no hemos vivido así... ¿Hay que preocuparse?**

—Sí, hay problemas de autolesiones que nos preocupan mucho, junto a la ideación suicida, pensamientos suicidas. Eso está ahí y hay que trabajarlo. No podemos mirar hacia otro lado porque sería un grave error, porque a nuestras jóvenes generaciones hay que cuidarlas a nivel psicológico.

Hay un estudio que hizo la Conselleria de Educación junto con la Universidad de Jaén porque querían palpar cuál es la salud psicológica del alumnado. Los datos son demoledores y preocupantes. El 16 % de los alumnos de secundaria tiene algún trastorno de salud mental y solo el 32 por ciento se encontraban en un buen estado de salud mental y bienestar emocional. Por eso la Conselleria ha querido trabajar ya en el mismo centro educativo y no esperar a que el alumno tenga un problema importante. Han entendido que hay que trabajar desde dentro con tres pilares: el alumnado, el profesorado y los padres. Está dando resultados muy positivos. Se han incorporado unos 80 psicólogos y psicólogas en Secundaria en los centros educativos y nos consta que la Conselleria tiene intención de que el año que viene se incorporen también en Primaria.

**—Ahora la pregunta es por qué sucede esto, ¿qué papel juegan los móviles y las omnipresentes redes sociales en todo esto?**

—Hay muchos factores, multicausales, no solamente un factor. El sumatorio de todo: redes sociales, falta de valores, incertidumbre sobre qué hacer con la vida el día de mañana, lo que sucede en el día a día... De alguna manera todo esto está generando un germen de ansiedad y de falta de expectativas en el futuro, que está pasando factura.

**—Ibiza y Formentera son territorios con mucha población desplazada, que en muchos casos no tiene una red familiar o de apoyo. ¿Esto convierte a las islas en un entorno más vulnerable a determinados problemas de salud mental?**

—Esa situación la viven algunos menores, adolescentes, por falta de apego al lugar donde están. Es lo que llamamos nosotros el *duelo migratorio*. Personas o familias que han venido de fuera, que, de la noche a la mañana están en Ibiza, en donde no tienen ese arraigo. El adolescente aún no tiene ese arraigo y eso le afecta.

**—¿Y en la población en general también, no solo ya la adolescente?**

—Claro, en la población a nivel general también sucede. A veces viene primero solo una parte de la familia y después de unos meses, el resto. Vienen a trabajar, a mejorar económicamente, a tener mayor estabilidad y mayor seguridad, porque seguramente del lugar donde vienen no tienen esa seguridad que tienen aquí. Pero no todo es fácil: esa incorporación de la noche a la mañana requiere ese periodo de adaptación y muchas personas lo sufren.

**—Aunque el abuso del consumo de drogas y alcohol es un problema generalizado, en lugares como Ibiza ¿se acentúa por las temporadas turísticas, tiene un impacto en la salud mental?**

—Yo no lo focalizaría solamente en Balears y tampoco solo en las sustancias, porque estamos viviendo un creciente tema de adicciones a las nuevas tecnologías que está haciendo bastante daño. Nos preocupa la adicción al móvil o el consumo de pornografía a edades cada vez más bajas: en el último estudio realizado en Balears se habla de consumo de porno a partir de los 8 o 9 años. Realmente son datos preocupantes. Estamos hablando, por tanto, de factores multicausales que hace que haya un segmento de la población con esa necesidad de atención psicológica por multitud de causas.

*«En el último estudio realizado en Balears se habla de consumo de porno a partir de los 8 o 9 años. Realmente son datos preocupantes»*

—¿Desde el COPIB están en la línea o conformes con la organización de familias en las Illes Balears para no entregar los móviles hasta los 16 años (un movimiento que comenzó en Catalunya bajo el nombre 'Adolescència Lliure de Mòbils')? ¿Creen que es una buena medida?

—Como colegio no ha habido ningún posicionamiento, pero, evidentemente, todas aquellas medidas que ayuden a que no haya esa dependencia a los móviles son muy buenas para el desarrollo psicoevolutivo de los menores y los adolescentes. Cada vez están saliendo más estudios en los que se pide retrasar el uso de los móviles: está demostrado científicamente cómo afecta el pasar varias horas enganchado a los móviles, sobre todo a los niños pequeños. Incluso se está hablando de **no tener ningún contacto con ninguna pantalla de los 0 a los 6 años**. Yo creo que está habiendo cada vez mayor sensibilidad en ese tema.

*«No puedo decirle a mi hijo que deje el móvil si yo no lo hago»*

—¿Y con los adolescentes?

—Seguir incidiendo en ese control más exhaustivo de los tiempos en los que menores y adolescentes están con las pantallas. Menores y adolescentes sin control de tiempo se están enganchando, literalmente hablando, a las pantallas. Pero creo muy importante promover alternativas a los móviles. ¿Yo le quito el móvil a mi hijo, pero a cambio de qué? Porque si el niño o adolescente está acostumbrado a estar cuatro horas con el móvil... ¿qué se hace en este tiempo? Los padres tienen que hacer un trabajo ahí, de buscar alternativas. Y tampoco sirve quitarle el móvil a tu hijo y que te vea a ti con el móvil todo el tiempo. Si estamos comiendo y ya le he dicho a mi hijo que, mientras se come, no se está con el móvil, yo no puedo estar con el móvil. Estas cosas hay que trabajarlas.

—Hablaba antes del estigma. ¿Las mujeres normalizamos más la salud mental que los hombres? ¿Aún les cuesta un poco más a ellos llegar a una terapia?

—Yo creo que eso está superado. Otra cosa es que seguirá habiendo personas con prejuicios sobre ese tema.

—¿Hay algún cambio urgente, alguna solicitud por parte del COPIB que quieran lanzar a las administraciones para mejorar la atención y salud mental?

—Como colegio estamos empezando a concienciar a la administración en dos líneas. Primero insistiendo en la importancia del autocuidado del profesional que está trabajando en el ámbito sanitario, en el ámbito educativo y en otros ámbitos. El autocuidado es fundamental porque, si no nos cuidamos nosotros como profesionales, difícilmente podemos transmitir un buen autocuidado a las personas que estamos atendiendo.

Y la segunda línea en la que estamos incidiendo es que queremos poner el foco en el ámbito laboral, el cuidado del trabajador. Me refiero que hay que cuidar el bienestar psicológico del trabajador en las empresas, en las fábricas, etc. Creo que ahí hay mucho por hacer todavía. Las empresas se tienen que sensibilizar porque es importante que se ofrezca apoyo psicológico a los trabajadores de su propia empresa: el trabajador rendirá más, estará más a gusto, más contento y vamos a conseguir con esto reducir el número de bajas.

«Las empresas tienen que cuidar la salud psicológica de sus trabajadores, además reduce las bajas»

—¿Hay muchos trabajadores quemados, desmotivados...?

—Efectivamente. Es importante que las grandes empresas, todas las empresas, incluso las federaciones de empresas sean conscientes de la importancia de cuidar a ese trabajador.

—En **Ibiza hay asentamientos ilegales**, algunos ya desmantelados, gente viviendo en coches, en chamizos, en caravanas, autocaravanas, de cualquier manera, en cualquier sitio. ¿Qué consecuencias tiene esto en la salud mental de las personas?

—Primero no habría que permitir que esto suceda. Esto ya es una cuestión política: la Administración tiene que priorizar la emergencia habitacional, dar prioridad a las viviendas para estos colectivos que son vulnerables... eso a nosotros se nos escapa. Lo que sí es cierto que ese tipo de personas van a padecer problemática psicológica porque no es sano vivir bajo un puente, ni en una tienda de campaña, ni en un asentamiento...



Hay gente que decide libremente vivir en caravana porque le interesa, pero hay gente que vive así porque no le queda más remedio y estamos hablando de vivir en un espacio de unos pocos metros cuadrados. Esto no puede ser sano psicológicamente. De hecho nosotros ya planteamos hace unos años a la Administración la importancia de establecer dispositivos de atención psicológica en situaciones de *sinhogarismo*. Eso ha quedado un poco en el olvido. Pero creo que hay que seguir incidiendo en que estas personas merecen un cuidado.

—Respecto a lo que comentaba antes de las empresas, las hay que se están preocupando por ofrecer una vivienda o facilidades de vivienda a los trabajadores.

—Eso lo pueden hacer **las grandes empresas que económicamente pueden permitirse**, por ejemplo, cerrar una planta de un hotel para ofrecer esas habitaciones a sus empleados. **Pero luego nos encontramos con casos de personas, incluso dentro de la administración pública, que aprueban una oposición y tienen que renunciar a la plaza porque no pueden dedicar prácticamente todo el sueldo a un alquiler.** Eso es un drama y son muchos dramas que no aparecen en los medios de comunicación, pero están ahí, día tras día.

## Adolescència, addiccions, banalitzacions, per Bernat Joan



Vaig trobar ben interessant l'entrevista que **Nou Diari va fer al psicòleg Javier Torres Ailhaud, degà del Col·legi Oficial de Psicologia de les Illes Balears**. Per diverses raons. D'una banda, perquè no queia en l'ultraproteccionisme que moltes vegades aplicam quan parlam de jòvens i d'adolescents: **no cal anar al psicòleg per qualsevol alteració de l'estat d'ànim**. Dit d'una altra manera: no s'ha de banalitzar la qüestió de la salut mental, que, d'altra banda, és molt important.

A l'altre cantó de la balança, **tampoc no s'ha d'estigmatitzar el fet d'anar al psicòleg**, sinó que s'ha de normalitzar (com quan hom necessita qualsevol tipus de suport per tal de millorar la pròpia vida). I no s'han de confondre coses: per exemple, d'addiccions no n'hi ha només a determinades substàncies, sinó també a d'altres elements, ara en auge, com ara la tecnologia. **L'addicció als mòbils, a les pantalles, deu estar entre les més potents que avui dia pateixen els jòvens**.

En qualsevol cas, el degà dels psicòlegs de les Illes Balears, fa referència a un estudi que diu que menys d'un quaranta per cent dels adolescents estan en condicions bones de salut mental. Que, per tant, tota la resta, tenen algun problema que hauria de ser tractat. I que, en la qüestió de les addiccions, s'ha de predicar amb l'exemple: **no es pot recriminar als adolescents l'ús i l'abús del mòbil si els seus progenitors hi estan contínuament penjats, posem per cas**.

Quant a les prohibicions, **ara que es parla de prohibir les xarxes socials a tots els infants de menys de setze anys**, afirma que s'han d'oferir alternatives: no es pot prohibir quelcom sense oferir res a canvi. Sembla bastant raonable.

Finalment, pel que fa a la banalització al voltant de la salut mental, apareixia a l'entrevista una referència que vaig trobar clavada: **el sadfishing, consistent a fer pena a través de les xarxes socials per tal de treure'n algun profit. Abans no hi havia tants escenaris com ara, per fer pena, certament**.

## Shannon de Jesús, psicóloga sobre el abuso de pantallas: "Tenemos falsos diagnósticos de autismo que no son reales"

Nueve de cada diez familias en Baleares admite un abuso de pantallas en menores de seis años, una exposición que ya muestra graves consecuencias en su desarrollo



Un dato es tan alarmante como revelador: en **nueve de cada diez hogares de Baleares** se admite un **abuso de las pantallas** en la etapa más crítica del desarrollo, la que va de los **0 a los 6 años**. Esta sobreexposición está creando una generación con **menos paciencia, menos lenguaje y más ansiedad**. Para analizar este fenómeno, la coordinadora del Grupo de Trabajo de Psicología Educativa del COPIB, **Shannon de Jesús**, alerta sobre las consecuencias de lo que define como el nuevo "chupete digital".

### UN CEREBRO BLOQUEADO

La experta califica el dato como "alarmante" y recuerda que en los primeros seis años de vida "el cerebro se está desarrollando, se producen las nuevas conexiones". Si durante esta fase se limita la experimentación con el mundo exterior como tocar, mirar o la psicomotricidad, el desarrollo se ve afectado. "Al final se produce un deterioro en el lenguaje, en la atención, en la regulación emocional y en muchísimos aspectos más", afirma de Jesús.

Este bloqueo, explica, genera **retrasos en el habla**, ya que los niños no interactúan con la pantalla, sino que quedan "absortos con unas imágenes que, además, su cerebro no es capaz de asimilar". Los dibujos animados actuales, con su ritmo rápido y alta luminosidad, son un factor clave. El cerebro infantil no puede procesar el contenido, lo que deriva en un "problema de regulación muy potente".



**El cerebro no está desarrollado para poder entender y poder asimilar el contenido"**

## LA CULTURA DE LA INMEDIATEZ Y SUS PELIGROS

Cuando un niño se acostumbra al "clic inmediato" para no aburrirse, pierde la capacidad de aprender a esperar o gestionar un "no" en el mundo real. "No lo aprenderá, ese es el problema", sentencia la psicóloga. El uso del móvil para calmar a un niño provoca una "liberación inmediata de endorfinas y se produce una adicción, una necesidad de regulación a través de la pantalla".

El resultado son niños que **"no van a ser capaces el día de mañana de aceptar un no, de aceptar un límite, de aceptar una norma"**. Shannon de Jesús critica escenas ya cotidianas, como las de **niños que van en el carrito "absortos en las pantallas"** en lugar de explorar el mundo que les rodea. Este **déficit de estímulos reales tiene consecuencias directas y graves**.

Uno de los efectos más preocupantes es la aparición de **falsos diagnósticos de autismo**. Según de Jesús, se trata de "niños que no han sido capaces de sociabilizar con otros porque inmediatamente se les ha puesto una pantalla". Como resultado, habilidades sociales básicas como "el hablar, el mirar a los ojos, el comunicar, no se ha desarrollado en la edad que se tenía que desarrollar".



“ **Tenemos falsos diagnósticos de autismo que no son reales**”

## EL ROL DE LOS ADULTOS ES CLAVE

La coordinadora del COPIB subraya que no se puede culpar a los niños, ya que los padres son sus principales modelos. "Si los papás y las mamás no atienden a sus hijos porque ellos mismos están con los teléfonos, pues, efectivamente, ellos van a predicar con el ejemplo", sostiene. Recomienda medidas como establecer la norma de **cero teléfonos en la mesa** para fomentar la comunicación familiar.

## ADOLESCENCIA Y LA VUELTA AL PAPEL

El problema se extiende a los **adolescentes**, cuyo cerebro también está en una fase clave de desarrollo. El abuso de la tecnología, agravado tras la pandemia, provoca que les cueste más "rendir en clase" y sufran "problemas de sueño", al irse a la cama con el móvil. Es un ciclo que, según la experta, "hay que romper".

Por ello, países como **Francia, Países Bajos, Finlandia y ahora Suecia**, que ha recuperado el libro de **papel por ley, ya han prohibido el móvil en los recintos escolares**. De Jesús no lo considera una moda, sino una "corrección necesaria y absoluta". En su propio colegio, la política de "cero pantallas" ha demostrado que los niños "juegan, hablan, comunican" y están, en definitiva, "mucho más tranquilos y pausados".

04 -02-2026 ÚLTIMA HORA DIGITAL

SHANNON DE JESÚS, PSICÓLOGA

### «Atrapados en un scroll infinito que interfiere en su desarrollo personal»

La psicóloga, Shannon De Jesús, explica las consecuencias que deja en los niños y adolescentes la adicción a las redes sociales



La psicóloga Shannon De Jesús

«Adicción, impulsividad, **conductas suicidas**, problemas en la regulación emocional y en la autoestima, **déficit de atención** y dificultades en la conciliación del sueño» son algunas de las **consecuencias** del uso excesivo de pantallas en niños y adolescentes, según advierte la psicóloga educativa Shannon De Jesús. Además, señala que el exceso de horas frente a las pantallas en edades tan tempranas favorece la **desconexión con el tiempo presente** y los mantiene «atrapados en un scroll infinito que interfiere en su desarrollo personal, social y emocional», indica .

Otro de los efectos es el aislamiento social y la **pérdida progresiva de habilidades comunicativas**. «Muchos adolescentes prefieren quedarse en casa antes que enfrentarse a una conversación cara a cara porque sienten **mayor seguridad a través de la pantalla**», explica De Jesús, coordinadora del grupo de psicología educativa del Col·legi Oficial de Psicologia de les Illes Balears (**COPIB**). Esta tendencia provoca que hayan pasado de jugar en el parque a preferir hacerlo en casa con una consola, lo que lleva a **menos relaciones reales con amigos y menos actividad física**.

La exposición constante a **contenidos irreales** dificulta que puedan distinguir lo que es real de lo que no, informa. «Las **redes sociales** muestran un mundo ficticio donde todo es perfecto, y eso impacta directamente en la **autoestima** que muchos ya tienen muy **baja**, sumado a una gran **impulsividad**», afirma la psicóloga.

## Problemas de concentración

A nivel cognitivo alerta de que la adicción hace que «no sepan esperar, el esfuerzo les cuesta más y quieren **gratificación inmediata**». La atención se reduce en el aula, pues «muchos se van a dormir con el teléfono en la cama expuestos a la luz azul que **engaña al cerebro** haciéndole creer que es de día y activándolo», declara. Por ello, añade que luego están más cansados en clase y con dificultades de concentración. Asimismo, agrega que muchos de estos síntomas se confunden con **TDAH**.

Por otro lado, subraya que «los menores tienen acceso a contenidos que no son aptos para su edad y que acaban normalizando la **violencia**, conductas suicidas, **trastornos alimentarios** o mensajes dañinos de influencers». A esto se suma el **ciberacoso** y los **retos virales peligrosos**.

A su vez, las redes sociales son la puerta de entrada a otras **adicciones**. «Estamos viendo un aumento de la **adicción al porno**, a las apuestas online y a los **videojuegos violentos**» manifiesta la psicóloga, quien considera que la **falta de regulación inicial** y el impacto de la pandemia han empeorado una situación que ahora se observa «a toro pasado».

## Edad de acceso a las pantallas

Pese a la gravedad del problema recuerda que como otras adicciones, se puede tratar con ayuda profesional, normas claras y **límites**. En este sentido resalta que es importante el papel de las familias y aconseja que el **primer acceso a los móviles sea a los 14 años** y establecer un control parental y un seguimiento constante.

## REDES SOCIALES LA CALLE OPINA

## «Atrapados en un scroll infinito que interfiere en su desarrollo personal»

► La psicóloga Shannon De Jesús del COPIB explica las consecuencias que deja en los niños y adolescentes la adicción a las redes sociales

Fátima Bueno | PALMA

«Adicción, impulsividad, conductas suicidas, problemas en la regulación emocional y en la autoestima, déficit de atención y dificultades en la conciliación del sueño» son algunas de las consecuencias del uso excesivo de pantallas en menores de 16 años, según advierte la psicóloga educativa Shannon De Jesús. Además, señala que el exceso de horas frente a las pantallas en

edades tan tempranas favorece la desconexión con el tiempo presente y los mantiene «atrapados en un scroll infinito que interfiere en su desarrollo personal, social y emocional», indica.

Otro de los efectos es el aislamiento social y la pérdida progresiva de habilidades comunicativas. «Muchos adolescentes prefieren quedarse en casa antes que enfrentarse a una conversación cara a cara porque sienten mayor seguridad a través de la panta-

lla», explica De Jesús, coordinadora del grupo de psicología educativa del Col·legi Oficial de Psicologia de les Illes Balears (COPIB). Esta tendencia provoca que hayan pasado de jugar en el parque a preferir hacerlo en casa con una consola, lo que lleva a menos relaciones reales con amigos y menos actividad física.

La exposición constante a contenidos irreales dificulta que pue-

Continúa en la página siguiente ►



Un grupo de adolescentes mirando el móvil.

## REDES SOCIALES EXPERTOS

» Viene de la página anterior

dan distinguir lo que es real de lo que no, informa. «Las redes sociales muestran un mundo ficticio donde todo es perfecto, y eso impacta directamente en la autoestima que muchos ya tienen muy baja, sumado a una gran impulsividad», afirma la psicóloga.

A nivel cognitivo alerta de que la adicción hace que «no sepan esperar, el esfuerzo les cuesta más y quieren gratificación inmediata». La atención se reduce en el aula, pues «muchos se van a dormir con el teléfono en la cama expuestos a la luz azul que engaña al cerebro haciéndole creer que es de día y activándolo», declara. Por ello, añade que luego están más cansados en clase y con dificultades de concen-

tración. Asimismo, agrega que muchos de estos síntomas se confunden con TDAH.

Por otro lado, subraya que «los menores tienen acceso a contenidos que no son aptos para su edad y que acaban normalizando la violencia, conductas suicidas, trastornos alimentarios o mensajes dañinos de influencers». A esto se suma el ciberacoso y los retos virales peligrosos.

A su vez, las redes sociales son la puerta de entrada a otras adicciones. «Estamos viendo un aumento de la adicción al porno, a las apuestas online y a los videojuegos violentos» manifiesta la psicóloga, quien considera que la falta de regulación inicial y el impacto de la pandemia han empeorado una situación que ahora se observa «a toro pasado».



Pese a la gravedad del problema recuerda que como otras adicciones, se puede tratar con ayuda profesional, normas claras y límites. En este sentido resalta que es importante el papel de las familias y aconseja que el primer acceso a los móviles sea a los 14 años y establecer un control parental y un seguimiento constante.

Con todo, la psicóloga De Jesús valora positivamente la medida propuesta por el Gobierno central para prohibir el acceso a las redes sociales a menores de 16 años.

«Es un primer paso para proteger la salud emocional y psicológica. El deterioro que estamos viendo es muy peligroso», expresa la experta.

La psicóloga Shannon De Jesús.

# La intervención psicológica temprana y especializada en situaciones de emergencia reduce el impacto psicológico a largo plazo en las personas afectadas

## Entrevista a Javier Torres, coordinador del Área de Emergencias del COP

«No basta con estar en las primeras horas: la labor de los psicólogos y las psicólogas de emergencias continúa mientras haya personas que necesiten acompañamiento emocional». Así lo afirma **Javier Torres Ailhaud**, vocal de la Junta de Gobierno del Consejo General de la Psicología (COP) y coordinador del **Área de Emergencias y Catástrofes de la organización colegial**, en una entrevista a través de la cual pone en valor **el papel esencial y continuado de los y las profesionales de la psicología en emergencias a lo largo de todo el proceso de atención y acompañamiento** tras una catástrofe o un accidente -como el **grave accidente ferroviario ocurrido en Adamuz** (Córdoba)-.

El impacto de una emergencia de esta magnitud no se reduce a los primeros instantes. El dolor por la pérdida, la incertidumbre de las horas siguientes, el agotamiento físico y emocional tanto de familiares y heridos, como también de quienes han estado implicados y el peso de lo vivido en la cotidianidad, exigen **una respuesta que va mucho más allá de las primeras horas**.

**La atención psicológica es clave tanto desde un primer momento, como en el seguimiento continuo.**

En cada una de esas etapas, la presencia de profesionales de la psicología en emergencias aporta un sostén crucial. A este respecto, la **atención psicológica** ofrece escucha, contención y orientación desde el primer momento, un acompañamiento que se extiende también a quienes afrontan los días posteriores, cuando los ecos de la tragedia siguen presentes y se empiezan a sentir con más fuerza la tristeza, el vacío o las dudas sobre el futuro.

Y, como recuerda, el proceso continúa mucho más allá: hay personas que necesitan seguimiento continuado, ya sea para prevenir secuelas como el trastorno de estrés postraumático o para facilitar recursos de afrontamiento que les permitan recomponer su vida. Tras la fase aguda de la emergencia, la atención psicológica permanece, ofreciendo apoyo profesional donde más se necesita, adaptando la intervención a cada fase del duelo y de la recuperación emocional. De ahí la necesidad —reiterada— de poner en marcha dispositivos específicos de intervención psicológica.

Con este telón de fondo, *Infocop* entrevista a **Javier Torres Ailhaud** para explorar cómo se activa y se mantiene la intervención psicológica en un operativo de emergencias, qué prioridades guían la actuación en cada momento y por qué resulta imprescindible que este tipo de acompañamiento sea sostenido y estructurado, no solo en las primeras horas, sino durante todo el proceso de atención a las personas afectadas.



Foto: Javier Torres Ailhau, vocal de la Junta de Gobierno del COP y coordinador del Área de Emergencias y Catástrofes de la organización colegial.

## ENTREVISTA

**Infocop: Como coordinador del Área de Intervención Psicológica en Emergencias y Catástrofes, cuando ocurre un accidente tan grave como el de Córdoba, ¿cómo se activa el Grupo de Intervención en Psicología de Emergencias -o los distintos Grupos de Intervención de los Colegios autonómicos-? ¿Quién lo solicita y cómo se integra en el mando de la emergencia?**

**Javier Torres:** Cuando ocurre una emergencia de esta magnitud, el organismo competente en la comunidad autónoma solicita la activación del Grupo de Intervención Psicológica en Emergencias y Catástrofes del Colegio Oficial de Psicología de dicha CC.AA. Sin embargo, esta activación viene, en algunos casos, condicionada al hecho de que ya haya firmado un convenio de colaboración y los términos del mismo. Lo que sí podemos decir es que, en las últimas catástrofes ocurridas en España, los Grupos han estado presentes desde el primer momento.

La activación supone la integración en el Puesto de Mando Avanzado y ello es fundamental para asegurar que la intervención psicológica de las personas afectadas y equipos de respuesta sean tenidas en cuenta. Permite, además, la colaboración con otros equipos de respuesta (personal sanitario, bomberos, cuerpos y fuerzas de seguridad, equipos forenses, etc.) y la toma de decisiones informadas, sin olvidarnos, por supuesto, de la comunicación efectiva dirigida a los familiares de los afectados.

Estar en el mando de Emergencia supone que otros grupos, colectivos o profesionales de la psicología que «aparecen voluntariamente» no vayan por libre, y, en caso de considerar necesaria su participación, quedan bajo las directrices del puesto de mando.

**I.: En el camino o al llegar al lugar de la catástrofe, ¿qué información mínima necesita el equipo psicológico para intervenir con seguridad y eficacia?**

**J.T.:** Lo deseable, que no siempre es así, sería contar con la información precisa y oportuna de lo que realmente ha ocurrido. Información sobre la situación (tipo de catástrofe, ubicación, número aproximado de personas afectadas, etc.), la respuesta que ya se está dando (recursos, protocolos, coordinación con otros equipos, etc.) y la información sobre la población afectada (características, posibles grupos vulnerables, etc.), nos puede permitir la planificación y una mejor preparación de nuestra intervención. Aunque a veces hay que actuar «sobre la marcha» y tomando decisiones in situ.

**I.: Como experto en el área, ¿cuál es el objetivo principal de la intervención psicológica en las primeras horas? ¿Qué no debe hacerse todavía en esos primeros momentos?**

**J.T.:** Observar y captar las necesidades emocionales de los afectados, acompañar en la gestión y normalización de las reacciones psicológicas, ayudar a ventilar, expresar y fortalecer los propios recursos tomando consciencia de las afectaciones, ayudar a sostener la incertidumbre, el miedo, la angustia, el sufrimiento, la desolación, la tristeza, el desbordamiento emocional... y canalizar poco a poco dando un sentido al dolor.

En los primeros momentos de shock no hay racionalización, solo emoción. La atención y la capacidad de concentración se encuentran afectadas, hay disociación y embotamiento, por ello, no hay que desbordar ni dar demasiadas instrucciones ni información, que no se puede retener. Es fundamental estar presente, escuchar sin juzgar, validar sus emociones y ofrecer apoyo emocional, sin intentar racionalizar o explicar lo que ha sucedido.

A medida que la persona comienza a procesar lo que ha sucedido, es fundamental acompañarla en su proceso de dolor, ayudarla a encontrar significado y propósito en su experiencia, y fortalecer sus recursos y habilidades para manejar el dolor.

**I.: ¿Qué coordinación se hace con los servicios sanitarios, bomberos, policía/guardia civil, protección civil y 112? ¿En qué momentos es clave estar «dentro» de la estructura de mando para evitar duplicidades o interferencias?**

J.T.: La coordinación con los servicios sanitarios, bomberos, policía/guardia civil, **protección civil** y 112 es fundamental en situaciones de emergencia. En el momento de la alerta, se establece contacto con los servicios de emergencia para obtener información sobre la situación y coordinar la respuesta. Se comparte información sobre la situación, número de afectados, ubicación, etc. con los servicios de emergencia; la respuesta con los servicios de emergencia se coordina, asignando tareas y responsabilidades y se mantiene la comunicación constante con los servicios de emergencia para actualizar la situación y coordinar la respuesta.

Es esencial estar presente en la estructura de mando en la fase inicial para coordinar la respuesta y establecer la comunicación con los servicios de emergencia. Durante la evaluación de daños, es importante estar presente en la estructura de mando para proporcionar apoyo psicológico a los afectados. Es crucial estar en el mando de gestión desde el primer minuto de la activación porque, como hemos dicho anteriormente, así se evitan duplicidades de profesionales o interferencias, que suelen darse cuando, por ejemplo, se presenta en el escenario de la tragedia algún o alguna profesional que espontáneamente se quiere sumar al operativo.

**I.: ¿Con qué grupos intervienen los psicólogos y psicólogas expertos en el área en un accidente así: supervivientes, heridos leves, familiares, testigos, personal de rescate...?**

J.T.: Intervenimos con todas aquellas personas que, directa o indirectamente, están afectadas por el accidente o catástrofe, con el objetivo de proporcionar apoyo psicológico.

Los grupos con los que suelen intervenir incluyen a los y las supervivientes, a quienes se les ayuda a procesar su experiencia y a manejar las reacciones emocionales y psicológicas inmediatas, como el shock, la ansiedad y la tristeza. También se les ayuda a desarrollar estrategias de afrontamiento y a encontrar recursos para manejar el estrés postraumático.

Asimismo, se interviene con los familiares de las víctimas para manejar las situaciones de desajuste psicológico que puedan presentar. Los testigos del accidente constituyen otro segmento de la población afectada y, por lo tanto, deben ser atendidos.

No podemos olvidarnos del personal de rescate, a los que también hay que implementar dispositivos de apoyo psicológico para ayudarles a **manejar el estrés y la ansiedad relacionados con la intervención**. En estos casos, la intervención temprana y el apoyo psicológico son clave para ayudar a mitigar el impacto del estrés y el trauma, y a fortalecer la resiliencia de dicho colectivo. De este modo, la intervención psicológica en estos grupos la basamos en principios como la proximidad, la inmediatez y la simplicidad, que se refieren a la importancia de proporcionar apoyo psicológico en el lugar del incidente, de manera inmediata y con un enfoque simple y claro.

**I.: Concretamente, ¿qué necesidades suelen tener los familiares que llegan sin información clara? ¿Cómo se maneja desde el área psicológica la incertidumbre y la espera?**

J.T.: La incertidumbre y la espera de los familiares que aún no tienen noticias de su allegado desaparecido es una de las situaciones más difíciles de manejar cuando nos encontramos en una intervención psicológica en emergencias. En este contexto, es fundamental proporcionar apoyo psicológico a los familiares, ayudándoles a manejar la ansiedad y la incertidumbre que sienten.

Es importante reconocer que la incertidumbre es un estado emocional muy difícil de tolerar, y que los familiares pueden sentirse abrumados por la falta de información y la espera. En este sentido, es trascendental proporcionar información clara y precisa sobre la situación, aunque sea para decir que no hay noticias nuevas. La transparencia y la honestidad son clave para ayudar a los familiares a manejar la incertidumbre.

El apoyo psicológico también es necesario en esos momentos. Se trata de poder ofrecer a los familiares un espacio seguro y de escucha para que puedan expresar sus sentimientos y emociones. Es importante validar sus sentimientos y hacerles saber que su reacción es normal en una situación de esta índole. De igual modo, es esencial ayudarles a encontrar formas de manejar la ansiedad y la incertidumbre, como la respiración profunda o la relajación muscular.

La espera puede ser un proceso muy largo y agotador para los familiares, por lo que debemos ayudarles a encontrar formas de cuidarse a sí mismos.

## **I.: Una vez que pasa la fase aguda, ¿qué ocurre con las personas afectadas? ¿Se hace seguimiento?**

J.T.: Evidentemente, lo deseable es hacer un seguimiento de todas aquellas personas que presentan una afectación psicológica, bien por la pérdida de un allegado o por la misma situación que han vivido. Siempre hemos manifestado la necesidad de poner en marcha dispositivos de intervención psicológica para la atención a dichas personas.

Recordemos que las personas supervivientes de una tragedia o catástrofe pueden presentar una variedad de secuelas psicológicas, tanto a corto como a largo plazo. Algunas de las secuelas más comunes incluyen el trastorno de estrés postraumático (TEPT), que se caracteriza por síntomas como flashbacks, pesadillas, ansiedad y evitación de estímulos relacionados con el evento traumático. La presencia de síntomas de depresión es común, manifestándose como tristeza, pérdida de interés en actividades, cambios en el apetito y el sueño, y sentimientos de culpa o inutilidad.

Otras secuelas psicológicas pueden incluir la disociación, que es un sentimiento de desconexión de uno mismo o del entorno, y la somatización, que es la manifestación de síntomas físicos sin una causa médica aparente. Suelen aparecer también pérdida de confianza en sí mismo/a y en los demás, y una sensación de vulnerabilidad y desamparo.

De ahí la importancia de la implementación de dispositivos de intervención psicológica.

## **I.: ¿Quién se encarga de realizar el seguimiento a medio y largo plazo: unidades de salud mental, atención primaria, recursos autonómicos, psicología en servicios públicos, colegios profesionales, ONG...?**

J.T.: Efectivamente, si se consiguen poner en marcha dispositivos específicos de intervención psicológica, suelen ser los servicios sanitarios públicos los encargados. No obstante, en algunas ocasiones y gracias a la colaboración de determinadas entidades o instituciones, se dota de una partida económica para que el COP pueda implementar un equipo de profesionales de la psicología para llevarlo a cabo. Alguna ONG también ha llevado cabo ese tipo de intervención especializada.

## **I.: Desde su experiencia, ¿qué suele funcionar bien en estas intervenciones y qué se podría mejorar en España?**

J.T.: Me consta que los Grupos de Intervención Psicológica en Emergencias y Catástrofes de los COPs han hecho un trabajo excepcional cuando ha ocurrido alguna catástrofe (por ejemplo, los **ataques del 11M**, incendios, la **erupción del volcán de La Palma**, otros accidentes ferroviarios igual de graves, etc.), trabajando en equipo y en coordinación. Lógicamente, la mejora debería pasar por la consolidación de estos equipos y su profesionalización a todos los niveles. Depender de si la Administración va a renovar o no el convenio según sus intereses y/o prioridades genera una incertidumbre que, en algunas ocasiones, impide avanzar en dicha consolidación.

La Administración debería ser más sensible y reconocer la importancia y la necesidad de estos equipos pero no solamente cuando ocurre una emergencia, sino también en otras funciones de prevención, **formación**, supervisión, investigación etc.

## **I.: ¿Podría decirnos qué cambia en una intervención por accidente de tren frente a otras emergencias (por ejemplo, tras una catástrofe natural como lo fue la DANA)?**

J.T.: Los escenarios de un accidente y una **catástrofe como la DANA** son muy diferentes, aunque ambos implican un impacto significativo en la vida de las personas afectadas. En el caso de un accidente, el lugar de los hechos es transitorio, y, aunque el impacto emocional puede ser intenso, el escenario en sí mismo desaparece con el tiempo. Sin embargo, los afectados deben superar el miedo, la inseguridad vital y normalizar sus vidas poco a poco, afrontando el día a día.

Por otro lado, en una catástrofe como la vivida con la DANA, las pérdidas fueron múltiples y el escenario estaba impregnado en el día a día de las personas afectadas, segundo a segundo. La destrucción de hogares, negocios, infraestructuras y comunidades enteras creó un entorno de desolación y desesperanza. Superar las pérdidas humanas, físicas, económicas, sociales y personales fue un cambio radical en todos los aspectos de la vida, y el escenario de la catástrofe estaba presente en cada momento.

A pesar de estas diferencias, hay **un elemento común en ambos escenarios**: se trata de duelos personales y sociales, ya que hay múltiples víctimas y afectados. La pérdida y el dolor no solo afectan a las personas directamente involucradas, sino también a la comunidad en general, creando un impacto colectivo que puede ser difícil de superar. En ambos casos, es fundamental ofrecer apoyo emocional y psicológico a los afectados, para ayudarles a procesar su dolor y encontrar un camino hacia la recuperación y la normalidad.

## **I.: Para finalizar, ¿qué importancia tiene que haya psicólogos integrados de forma estable en los dispositivos de emergencias?**

J.T.: Es el objetivo que queremos conseguir: integrar de manera estable y definitiva a los profesionales de la psicología en los dispositivos de emergencia, **superando la provisionalidad y la incertidumbre que genera la falta de planificación y la carencia de recursos adecuados**. La evidencia científica es clara: la intervención psicológica temprana y especializada en situaciones de emergencia reduce significativamente el impacto psicológico a largo plazo en las personas afectadas. Por lo tanto, es fundamental que la administración pública se implique de manera contundente y asuma su responsabilidad en la contratación de **profesionales expertos/as en el vasto ámbito de las emergencias**, que puedan proporcionar un abordaje integral y efectivo en la atención a las víctimas.

La **integración de psicólogos y psicólogas** en los equipos de emergencia no solo es una cuestión que atañe a la mejora en la atención a las víctimas, sino también se trata de optimizar la respuesta a la emergencia y reducir los costes a largo plazo asociados con **la atención a la salud mental**. Es hora de que **la administración pública reconozca** la importancia de la psicología en la gestión de emergencias y de que tome medidas concretas y decisivas para garantizar que los y las profesionales de la psicología estén integrados de manera estable y definitiva en los dispositivos de emergencia. La sociedad exige una respuesta contundente y efectiva ante las emergencias, y la administración pública debe estar a la altura de dicha exigencia.

# El COPIB reúne en Eivissa a expertos nacionales y autonómicos para abordar el bienestar psicológico de las personas en situación de vulnerabilidad

Figuras destacadas como Arun Mansukhani y Anna Romeu intervendrán en las II Jornadas de Psicología de les Illes Balears, que se celebran los días 6 y 7 de marzo

## REDACCIÓN

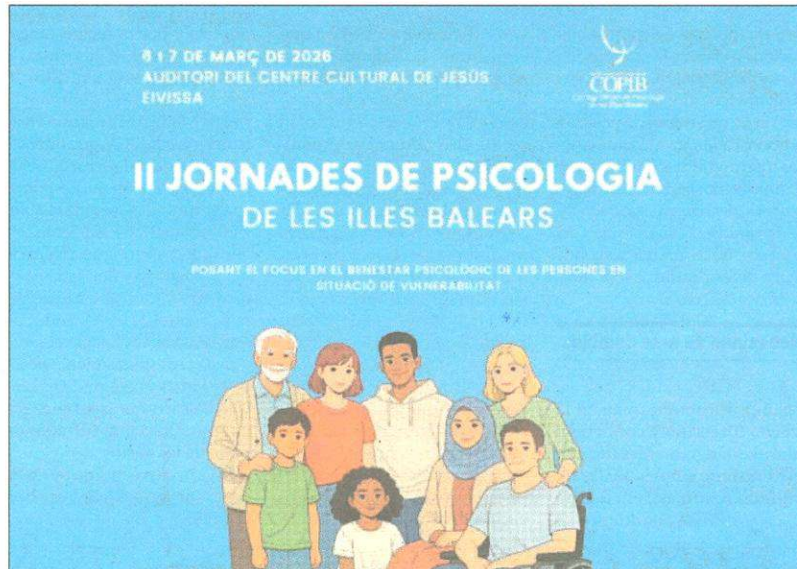
El Col·legi Oficial de Psicologia de les Illes Balears (COPIB) celebrará los próximos 6 y 7 de marzo en el Auditorio del Centre Cultural de Jesús (Eivissa) las II Jornadas de Psicología de les Illes Balears, un encuentro que reunirá a especialistas de ámbito nacional y autonómico para analizar los principales desafíos en la atención psicológica a personas expuestas a factores de riesgo que incrementan la probabilidad de desarrollar un problema de salud mental.

Bajo el lema "Poniendo el foco en el bienestar psicológico de las personas en situación de vulnerabilidad", la cita —gratuita y abierta a profesionales y público interesado—, abordará algunas de las problemáticas sociales más relevantes en la actualidad, como la dependencia emocional y la construcción de relaciones sanas, el impacto del uso de pantallas en la infancia y la adolescencia, la intervención psicológica en contextos de violencia, prostitución y trata de personas, y la atención en el ámbito de la diversidad funcional.

El programa combinará conferencias magistrales y paneles de experiencias con el objetivo de generar un espacio de reflexión e intercambio profesional en torno a la salud mental y la intervención psicológica en estos contextos de especial complejidad social.

Entre los ponentes invitados figuran especialistas de reconocido prestigio como **Arun Mansukhani**, psicólogo clínico, sexólogo y referente en psicología interpersonal; **Anna Romeu**, experta en educación emocional, adolescencia y trauma; y **Silvestre del Río**, policía tutor de Marrabá y especialista en prevención y protección de la infancia y la adolescencia frente a los riesgos digitales.

Asimismo, participarán profesionales de la psicología de Eivissa, Formentera y del conjunto de las Illes Balears, que aportarán su experiencia en ámbitos como la intervención con personas adultas con autismo, el acompañamiento a familias, la atención a víctimas



de delitos de odio o la prevención del uso problemático de las nuevas tecnologías.

Desde el COPIB subrayan que poner el foco en la atención psicológica a personas en situación de vulnerabilidad resulta imprescindible, ya que "sin un adecuado apoyo psicosocial, la recuperación integral de quienes han vivido experiencias traumáticas, violentas o de discriminación queda incompleta".

En este sentido, recuerdan que la atención psicológica a colectivos vulnerables es un componente esencial para la protección de su dignidad y bienestar, tal como reconoce la Organización de las Naciones Unidas, y defienden el papel de la psicología no solo para aliviar el sufrimiento, sino también para fortalecer la resiliencia y favorecer la inclusión social.

Con la organización de estas

jornadas, el COPIB refuerza su compromiso con una psicología alineada con la realidad social de las Illes Balears, atenta a las necesidades de los colectivos más vulnerables y orientada a generar respuestas profesionales basadas en la evidencia y la sensibilidad social. La entidad reivindica así el bienestar emocional como un derecho fundamental y subraya la necesidad de situar la salud

mental en el centro de las políticas públicas y de la acción comunitaria.

## Resumen del programa

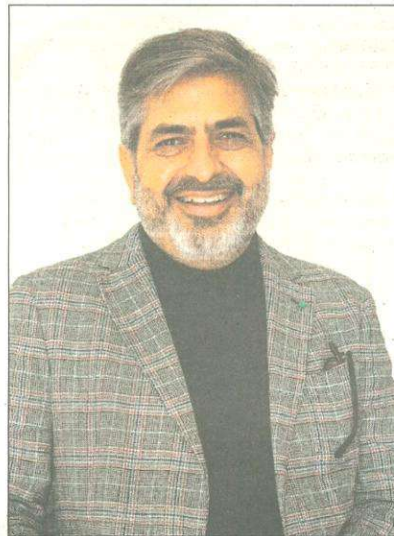
Las II Jornadas de Psicología de les Illes Balears se celebrarán los días 6 y 7 de marzo en Eivissa con un formato que combina conferencias y mesas de experiencias.

Tras la inauguración oficial, el viernes, el encuentro se abrirá con la conferencia de **Arun Mansukhani**, "Dependencia emocional, relaciones sanas y comunicación no violenta en la pareja". A continuación, se desarrollarán dos paneles centrados en el impacto de las pantallas en la infancia y la adolescencia, y en la atención psicológica en el ámbito de la diversidad funcional, con la participación de profesionales especializados en autismo, salud mental y discapacidad visual.

El sábado, el programa pondrá el foco en la intervención psicológica en contextos de violencia, prostitución y trata de personas, así como en la atención a víctimas de delitos de odio. Ese mismo día, **Silvestre del Río** ofrecerá una conferencia sobre el uso de redes sociales en la infancia y la adolescencia, y **Anna Romeu** cerrará las jornadas con una ponencia centrada en el acompañamiento emocional a adolescentes y familias.

En el marco del encuentro, el COPIB hará entrega del II Premio de Implementación y Divulgación de Prácticas Profesionales Innovadoras en Psicología en el ámbito de las Illes Balears.

La inscripción es gratuita y puede formalizarse a través de la página web del COPIB. Plazas limitadas al aforo.



Arun Mansukhani y Anna Romeu.



Jornadas

## **+ Dependencia emocional y relaciones sanas en las jornadas del Colegio de Psicólogos en Ibiza**

Especialistas nacionales y autonómicos se darán cita en las jornadas del Copib para analizar temas como la dependencia emocional, el uso de pantallas en la infancia y la atención a víctimas de violencia



De izquierda a derecha: Anna Romeu, Arun Mansukhani y Javier Torres, / COPIB

El Col·legi Oficial de Psicologia de les Illes Balears ([Copib](#)) celebrará **los próximos 6 y 7 de marzo las II Jornadas de Psicología** de les Illes Balears en el auditorio del Centre Cultural de Jesús, en Ibiza. El encuentro reunirá a especialistas de ámbito nacional y autonómico para analizar los principales desafíos en la atención psicológica a personas expuestas a factores de riesgo que aumentan la probabilidad de desarrollar problemas de salud mental.

Bajo el lema 'Poniendo el foco en el bienestar psicológico de **las personas en situación de vulnerabilidad**', la cita será gratuita y abierta tanto a profesionales como al público general. El programa abordará cuestiones clave como la dependencia emocional y la construcción de relaciones sanas, el impacto del uso de pantallas en **la infancia y la adolescencia**, la intervención en contextos de violencia, prostitución y trata, y la atención en el ámbito de la diversidad funcional.

El Copib combina conferencias magistrales y paneles de **experiencias para fomentar el intercambio profesional** y el debate en torno a la salud mental en contextos de especial complejidad social.

6 I 7 DE MARÇ DE 2026  
AUDITORI DEL CENTRE CULTURAL DE JESÚS  
EIVISSA



## II JORNADES DE PSICOLOGIA DE LES ILLES BALEARS

POSANT EL FOCUS EN EL BENESTAR PSICOLÒGIC DE LES PERSONES EN  
SITUACIÓ DE VULNERABILITAT



Cartel de la II Jornades de psicología de las Islas Baleares. / COPIB

### Ponentes de referencia

Entre los invitados figuran Arun Mansukhani, **psicólogo clínico y sexólogo**; Anna Romeu, experta en educación emocional, adolescencia y trauma; y Silvestre del Ríc policia tutor de Marratxí y especialista en prevención frente a los riesgos digitales.

También participarán profesionales de Ibiza, Formentera y del conjunto de las Illes Balears **con experiencia en intervenció con personas adultas** con autismo, acompañamiento a familias, atención a víctimas de delitos de odio y prevención del uso problemático de las nuevas tecnologías.

Desde el Copib insisten en que la **atención psicológica a personas en situación de vulnerabilidad** resulta imprescindible. "Sin un adecuado apoyo psicosocial, la recuperación integral de quienes han vivido experiencias traumáticas, violentas o de discriminación queda incompleta", subrayan.

La entidad recuerda que la atención a colectivos vulnerables constituye un componente **esencial para proteger su dignidad y bienestar**, tal como reconoce la Organización de las Naciones Unidas. Además, defiende el papel de la psicología para aliviar el sufrimiento, fortalecer la resiliencia y favorecer la inclusión social.

Con estas jornadas, el Copib refuerza su compromiso con **una psicología alineada con la realidad social de las Illes Balears** y reclama que las administraciones sitúen la salud mental en el centro de las políticas públicas.

# Programa completo

## Viernes, 6 de marzo

- **16-16:30 horas.** Inauguración oficial.
- **16:30-17:30 horas.** Conferencia: 'Dependencia emocional, relaciones sanas y comunicación no violenta en la pareja', Arun Mansukhani. Presenta: Coral Mínguez (Junta de Gobierno del Copib).
- **17:30-18:45 horas.** Panel: Adicción a pantallas en infancia y adolescencia. Modera: Marta Huertas (Psicología Educativa, Copib). Prevención en el abuso de nuevas tecnologías – Patricia Roveda (Ajuntament de [Santa Eulària des Riu](#)). Creencias y pantallas – Mercedes Cimas (psicóloga infantojuvenil). Abordaje integral más allá de las pantallas – Elena Ribas (Projecte Home Balears).
- **18:45-19:15 horas.** Pausa.
- **19:15-20:30 horas.** Panel: Diversidad funcion. Modera: Xavier Revert (Psicología Clínica y de la Salud, COPIB). Autismo en adultos – Mar Ferre (Asociación Asperger [Ibiza](#) y Formentera). Familia y entorno – Antonella Greco (Apfem). Diversidad visual y bienestar emocional – Neus Tur (ONCE Illes Balears).

## Sábado, 7 de marzo

- **9:30-10:45 horas.** Panel: Prostitución, trata y delitos de odio. Modera: Miriam Kefauver (Psicología Jurídica, Copib). Delitos de odio y atención a víctimas – Marilina Ribas (Oficina de Ayuda a Víctimas, Ministerio de Justicia en Eivissa). Prostitución y tráfico de mujeres – Julia Hernández (Casal Petit-Les Oblates, Palma). Violencia invisible y trauma – Marta Martínez (Médicos del Mundo, Eivissa).
- **10:45-11:45 horas.** Conferencia: '¿Barra libre de las redes sociales en la infancia y la adolescencia?', Silvestre del Río. Presenta: Ricardo Carrillo (Copib Ibiza y Formentera).
- **11:45-12 horas.** Entrega del II Premio de Implementación y Divulgación de Prácticas Profesionales Innovadoras en Psicología.
- **12:30-13:30 horas.** Conferencia: 'El arte de acompañar a nuestros adolescentes: mirada, escucha y confianza', Anna Romeu. Presenta: Marta Huertas.
- **13:30-13:45 horas.** Clausura.

## **Ibiza acogerá en marzo unas jornadas de psicología con prestigiosos profesionales**

El Colegio Oficial de **Psicología** de Baleares (Copib) celebrará los próximos 6 y 7 de marzo en el Centro Cultural de Jesús las II Jornadas de Psicología de Baleares reuniendo a especialistas de ámbito nacional y autonómico para analizar los principales desafíos en la atención psicológica a personas expuestas a factores de riesgo.

Según ha informado el Copib en un comunicado, bajo el lema 'Poniendo el foco en el bienestar psicológico de las personas en situación de vulnerabilidad', se abordarán algunas de las problemáticas sociales más relevantes en la actualidad como la dependencia emocional y la construcción de relaciones sanas, el impacto del uso de pantallas en la infancia y la adolescencia, la intervención psicológica en contextos de violencia, prostitución y trata de personas y la atención en el ámbito de la diversidad funcional.

El programa combinará conferencias magistrales y paneles de experiencias con el objetivo de generar un espacio de reflexión e intercambio profesional en torno a la salud mental y la intervención psicológica en estos contextos.

Desde el Copib han considerado que poner el foco en la atención psicológica a personas en situación de vulnerabilidad resulta imprescindible, ya que «sin un adecuado apoyo psicosocial, la recuperación integral de quienes han vivido experiencias traumáticas, violentas o de discriminación queda incompleta».

La entidad reivindicará con estas jornadas el bienestar emocional como un derecho fundamental, destacando la necesidad de situar la salud mental en el centro de las políticas públicas y de la acción comunitaria.

## Pantallas, violencia y relaciones sanas: Ibiza pone el foco en la salud mental en unas jornadas del COPIB



El Col·legi Oficial de Psicologia de les Illes Balears (COPIB) celebrará los próximos **6 y 7 de marzo** en el **Auditorio del Centre Cultural de Jesús (Eivissa)** las **II Jornadas de Psicología de les Illes Balears**, un encuentro que reunirá a **especialistas de ámbito nacional y autonómico** para analizar los principales desafíos en la **atención psicológica a personas expuestas a factores de riesgo que incrementan la probabilidad de desarrollar un problema de salud mental**.

Bajo el lema "*Poniendo el foco en el bienestar psicológico de las personas en situación de vulnerabilidad*", la cita —**gratuita, abierta a profesionales y público en general**—, abordará algunas de las problemáticas sociales más relevantes en la actualidad, **como la dependencia emocional y la construcción de relaciones sanas, el impacto del uso de pantallas en la infancia y la adolescencia, la intervención psicológica en contextos de violencia, prostitución y trata de personas, y la atención en el ámbito de la diversidad funcional**.

El programa combinará conferencias magistrales y paneles de experiencias con el objetivo de generar un espacio de reflexión e intercambio profesional en torno a la salud mental y la intervención psicológica en estos contextos de especial complejidad social.

Entre los ponentes invitados figuran especialistas de reconocido prestigio como **Arun Mansukhani**, psicólogo clínico, sexólogo y referente en psicología interpersonal; **Anna Romeu**, experta en educación emocional, adolescencia y trauma; y **Silvestre del Río**, policía tutor de Marratxí y especialista en prevención y protección de la infancia y la adolescencia frente a los riesgos digitales.



Asimismo, participarán **profesionales de la psicología de Eivissa, Formentera** y del conjunto de las Illes Balears, que aportarán su experiencia en ámbitos como la intervención con personas adultas con autismo, el acompañamiento a familias, la atención a víctimas de delitos de odio y la prevención del uso problemático de las nuevas tecnologías.



Desde el COPIB subrayan que poner el foco en la atención psicológica a personas en situación de vulnerabilidad resulta imprescindible, ya que **“sin un adecuado apoyo psicosocial, la recuperación integral de quienes han vivido experiencias traumáticas, violentas o de discriminación queda incompleta”**.

En este sentido, recuerdan que la atención psicológica a colectivos vulnerables es un componente esencial para la protección de su dignidad y bienestar, tal como reconoce la **Organización de las Naciones Unidas**, y defienden el papel de la psicología no solo para aliviar el sufrimiento, sino también para fortalecer la resiliencia y favorecer la inclusión social.

Con la organización de estas jornadas, el COPIB «refuerza su compromiso con una psicología alineada con la realidad social de las Illes Balears, atenta a las necesidades de los colectivos más vulnerables y orientada a generar respuestas profesionales basadas en la evidencia y la sensibilidad social», remarcan. La entidad reivindica así el bienestar emocional como un derecho fundamental y subraya la necesidad de situar la salud mental en el centro de las políticas públicas y de la acción comunitaria.

## **RESUMEN DEL PROGRAMA**

Las II Jornadas de Psicología de les Illes Balears se celebrarán los días 6 y 7 de marzo en Eivissa con un formato que combina conferencias y mesas de experiencias.

Tras la inauguración oficial, el viernes por la tarde, el encuentro se abrirá con la conferencia de **Arun Mansukhani**, **“Dependencia emocional, relaciones sanas y comunicación no violenta en la pareja”**. A continuación, se desarrollarán dos paneles centrados en el impacto de las pantallas en la infancia y la adolescencia, y en la atención psicológica en el ámbito de la diversidad funcional, con la participación de profesionales especializados en autismo, salud mental y discapacidad visual.

El sábado, el programa se centrará en la intervención psicológica en contextos de violencia, prostitución y trata de personas, así como en la atención a víctimas de delitos de odio. Ese mismo día, Silvestre del Río ofrecerá una conferencia sobre el uso de redes sociales en la infancia y la adolescencia, y Anna Romeu cerrará las jornadas con una ponencia centrada en el acompañamiento emocional a adolescentes y familias.

En el marco del encuentro, el COPIB hará entrega del II Premio de Implementación y Divulgación de Prácticas Profesionales Innovadoras en Psicología en el ámbito de las Illes Balears.

La inscripción es gratuita y puede formalizarse a través de la página web del COPIB. Las plazas son limitadas al aforo del auditorio.

## Los abuelos de Baleares se abren camino en Internet y las redes sociales



Un reciente informe del Centro de Investigación Ageingnomics de la Fundación Mapfre ha dado a conocer que en nuestro país los mayores de 55 años «se han consolidado como un colectivo plenamente digital», ya que en el último año el porcentaje de usuarios de Internet en esa franja de edad ha pasado del 75 por cien al 80 por cien. Ello supone «casi un millón de nuevos usuarios» en apenas doce meses y «un total de 13,3 millones de séniors digitalizados» en la actualidad.

**E**n el caso concreto de Baleares, las personas mayores de 55 años cuentan, además, con un proyecto específico para ayudarles a superar la denominada brecha digital, **el programa 'Grans Actius'**. Se trata de una iniciativa de la Conselleria d'Economia, Hisenda i Innovació del Govern iniciada hace dos años, que gestiona la Fundació Universitat Empresa de les Illes Balears (FUEIB) y que está financiada con fondos europeos Next Generation.

"Hoy podemos decir con orgullo que el programa 'Grans Actius' es una realidad en **Mallorca, Menorca, Eivissa y Formentera**, llegando a 40 municipios con más de 80 ubicaciones activas. En total, contamos con más de 185 grupos abiertos a todo el público y con un total de 280 grupos simultáneos repartidos por todas las islas con los que ya se han formado más de 1.400 personas", afirmó la directora de dicho programa, **Layla Serra**, en un reciente acto sobre el asunto.



Por su parte, el director general de Innovació i Transformació Digital, **Sebastián González**, destacó en ese mismo acto que con 'Grans Actius' y también con el nuevo programa 'Grans Proactius', el Ejecutivo que preside **Marga Prohens** quiere asegurar que "nadie en las Islas Baleares quede atrás". En esa misma línea se pronunció la vicerrectora de Innovació i Transformació Digital de la UIB, **Loren Carrasco**, quien también señaló que "esos programas son una muestra de que universidad y administración pública pueden trabajar juntas para hacer la tecnología más accesible y útil para los ciudadanos y las empresas".

## FORMACIÓN ÚTIL

Uno de los usuarios actuales de 'Grans Actius' es **Pau**, de 65 años de edad. "Acudo cada martes y cada jueves por la tarde al 'Curs de Vida Digital' que se lleva a cabo en el Centre Flassaders desde el pasado mes de octubre", explica a **mallorcadidiario.com**. Este curso específico se puede realizar en otros enclaves de Palma, como S'Escorxador o Pere Garau, así como también en diversos municipios de Mallorca.

Curiosamente, hasta hace un año Pau no tenía aún un *iphone*, sino sólo un móvil **de primera generación**. "Este curso está diseñado para ayudarte a comprender y gestionar tu identidad digital, y a participar de manera segura y activa en el mundo digital", recuerda. En su aula hay de media unas quince personas en cada sesión, la mayoría de ellas mujeres. En cuanto a **la franja de edad**, "se sitúa entre los 55 y los 80 años".

"Me apunté porque yo ya conocía Flassaders y porque con la llegada de **cada otoño** programa numerosas actividades, como por ejemplo ahora esta", recalca. "He aprendido a manejar el ChatGPT, a gastar menos memoria en el móvil, a poder dar mi localización con el GPS en caso de que me perdiese, o a conocer más **sobre ciberseguridad** o sobre compras en línea, entre otras cosas", reconoce, para añadir con una sonrisa: "Estoy hecho un experto".

## DOS CAMINOS

"Estoy muy contento, porque he aprendido cosas que no sabía, porque hay **un ambiente muy agradable** en las clases y porque este curso también me ayuda a distraerme, algo que para mí es muy importante", resume Pau.

Un hecho a destacar es que, según recoge el último informe del Centro de Investigación Ageingnomics de **la Fundación Mapfre**, "el aumento del número de seniors digitales no se explica únicamente por la actividad de los perfiles más jóvenes dentro del colectivo", ya que también entre las personas de 70 años o más se observa "un avance significativo en el uso de servicios digitales".

Ese avance se debe tanto a quienes acuden a los citados cursos reglados como a quienes optan por intentar superar la brecha digital **de manera autodidacta**. Esta última vía es la que está siguiendo desde hace ya algunos años el presidente de la Asociación Taurina y Cultural Kiko Garau, **Miguel Ángel Herranz**, que tiene 74 años de edad. "Siempre he sido autodidacta en esta materia, por lo que he tenido que ir puliéndome por mi cuenta en ese aspecto", afirma. "Envío y recibo correos electrónicos, y mando whatsapps", corrobora a continuación.



En cualquier caso, cuando Miguel Ángel tiene algún problema con el ordenador, uno de sus tres hijos y **su nieto de 24 años** le ponen al día. A lo largo de nuestra conversación, constatamos que Miguel Ángel es un buen aficionado no sólo a los toros, sino también a la escritura. De hecho, ha ideado ya varios monólogos, habiendo representado incluso dos de ellos. "Mis textos los escribo **primero a mano** y luego los paso al ordenador", concreta.

Le preguntamos también si está conectado todo el tiempo **a las redes** o si se conecta con moderación. Este segundo camino es el que le gusta seguir habitualmente. "Hay que saber desconectar, pues esto ya es un vicio", sintetiza con un punto de ironía, ofreciendo seguidamente una posible solución: "El móvil, cuando es necesario, y el ordenador, cuando es preciso". En ese sentido, "tiene que haber momentos y **tiempo para todo**, pues no podemos estar metidos siempre en ese bucle".

Una recomendable alternativa para poder salir de ese hipotético o posible bucle es "**hablar con la gente** fuera de los whatsapps y del ordenador". Por último, Miguel Ángel nos comenta que no todos sus amigos tienen la misma afición que él por las nuevas tecnologías. "Algunos me dicen que la digitalización **les ha pillado tarde** y que no quieren meterse en camisas de once varas; como mucho, de vez en cuando envían algún whatsapp", concluye.

## PROS Y CONTRAS

Partiendo de esa realidad, la psicóloga **Mercedes Cimas** explica a **mallorcardiario.com** que la digitalización de los mayores "tiene sus cosas positivas y sus cosas negativas, como casi todo en esta vida". Así, considera que **debe valorarse** que dichas personas puedan estar hoy más conectadas, "porque de ese modo se sienten menos solas". La paradoja sería que al poder comunicarse con sus hijos o sus nietos a través del móvil, ello puede hacer que haya menos encuentros personales o menos visitas que antes.

"Por otro lado, es cierto que las personas mayores cognitivamente **se activan más** al emplear el ordenador o usar el whatsapp, pero también hay estudios que dicen que por esa razón muchas de ellas dejan de leer **en papel impreso** y de forma pausada, lo que podría no ser bueno para evitar un posible deterioro cognitivo, e incluso lo podría acelerar", sopesa Mercedes. Otro factor a tener en cuenta cuando hablamos de todas estas cuestiones es que "**no es lo mismo** una persona de 65 años que una de 80 años".

Ante esta tesitura, nuestra interlocutora indica que los mayores deberían ser conscientes de "**cómo funcionan las redes** por dentro y los algoritmos", que es algo que debería explicarse también en los mencionados cursos de digitalización. "Además, no tenemos que **dar por hecho** que como los mayores no son niños ni adolescentes no se van a enganchar a las redes", subraya, añadiendo que hay ya algunos videojuegos muy populares que son utilizados constantemente por nuestros abuelos.

Son cuestiones todas ellas que, sin duda, habrá que tener en cuenta en esta nueva realidad digital de principios del siglo XXI, siempre en **permanente evolución**. De hecho, seguramente lo único que no haya cambiado aún de ayer a hoy sea que, como decía el célebre escritor norteamericano **Charlie W. Shedd** décadas atrás, "algunos de los mejores educadores del mundo son los abuelos". Hoy podríamos apostillar que efectivamente sigue siendo aún así, gracias al creciente interés y destreza de nuestros mayores también en Internet.

## Ofrecen más de 260 talleres de gestión emocional para sanitarios

EUROPA PRESS

Palma

---

La Conselleria de Salut y el Colegio Oficial de Psicología de Baleares (Copib) han firmado un convenio de colaboración a través del cual ofrecerán 267 talleres para mejorar la gestión emocional del personal sanitario entre 2026 y 2027.

La firma del acuerdo tuvo lugar ayer entre la consellera Manuela García y el presidente del Copib, Javier Torres. El convenio, según informó la Conselleria en un comunicado, se enmarca dentro de la línea de trabajo *Cuidados al cuidador* a través de la gestión del estrés laboral y la prevención del estrés crónico, conocido como *burnout*.

El objetivo es potenciar la cultura de promoción del bienestar dentro de la organización y cuidar al profesional sanitario, expuesto a situaciones de «gran presión física y emocional».

A través de 267 talleres, se pretende dotar al personal del IB-Salut de herramientas de gestión emocional para «identificar, comprender y regular sus emociones», disminuyendo el riesgo de agotamiento emocional, las bajas laborales y el abandono de la profesión, y reduciendo el estigma hacia la salud mental.■

## Salud y COPIB ponen en marcha talleres de gestión emocional para personal sanitario

R.L. | PALMA

La consellera de Salud, Manuela García, y el decano del Colegio Oficial de Psicología de las Illes Balears (COPIB), Javier Torres, presentaron ayer el convenio de colaboración destinado a promover la salud mental del personal, y especialmente de los profesionales sanitarios del Servicio de Salud de las Illes Balears, con el

fin de promover entornos de trabajo más saludables. Estuvieron acompañados del director general del Servicio de Salud, Javier Ureña, y de la directora general de Salud Mental, Carme Bosch.

El convenio se enmarca dentro de la línea de trabajo de «Cuidados al cuidador» a través de la gestión del estrés laboral y la prevención del estrés crónico y prolongado (burnout) y responde al

objetivo de potenciar la cultura de promoción del bienestar dentro de la organización y cuidar al profesional. El objeto del convenio es dotar al personal del Servicio de Salud de herramientas de gestión emocional para identificar, comprender y regular sus emociones, disminuyendo así el riesgo de agotamiento emocional, las bajas laborales y el abandono de la profesión o cargo.



Momento de la presentación del convenio, ayer.

**Entrevista** **Marta Herráez** • Psicóloga y perito

## «Lo vivió en silencio hasta que explotó por la presión»

**Esta profesional ha logrado poner en valor los daños mentales que sufrió un niño de 14 años, víctima del 'youtuber' Patrón Cortés, en el reciente juicio**

ALBA GONZÁLEZ

Ella misma lo dice: «¿Cuánto debe pagar alguien por causar tal cantidad de daño innecesario a un menor? Eso nunca se podrá valorar pero estamos satisfechos porque, en este caso, el peritaje psicológico era vital. Bastaba con ver al niño: nueve kilos menos en un mes, ojeras, terror. El daño era visible pero determinar hasta qué punto y cómo condicionaría su futuro era algo que debía hacerse desde la máxima responsabilidad. Es una indemnización contundente que marca un precedente», explica. No es para menos. Nueve años de cárcel para el 'youtuber' Patrón Cortés y 18.445 euros para el menor que sufrió su violenta extorsión. Amenazas de muerte a él y sus seres más queridos, encerronas, llamadas incesantes, 2.000 euros robados a punta de cuchillo y un sinfín de episodios contra los que la psicóloga, Marta Herráez, ha tenido que luchar mano a mano junto a la víctima. Con el beneplácito de la familia, la profesional concede una entrevista a **Última Hora** para explicar la complejidad de estas sesiones cuando la víctima es un menor de 14 años.

### ¿Cómo recuerda el primer encuentro?

—Fue con sus padres. Llegaron muy angustiados. El caso era un reto, inusual y muy duro pero decidí aceptarlo. La primera sesión con el niño fue muy com-

pleja. Entró cabizbajo, exhausto y con muy poco peso. Costó conectar con él.

### ¿Qué le contó?

—Su discurso era desordenado. Estaba perdido y muy triste. Habló de cosas muy duras de escuchar en boca de un menor. Sentía pánico a que murieran sus padres, a que les dañaran, temía por su vida. Su sensación de peligro era muy real.



La psicóloga Marta Herráez en su consulta. Foto: REDACCIÓN SUCEOS

### ¿Cómo planteó el peritaje?

—Me centré en el menor y a la vez, en múltiples fuentes. Sus padres, su tutora. Recopilé todos los datos posibles. Lo vivió en silencio hasta que explotó por la presión pero, a nivel externo, había pistas de que no estaba bien. Pasó de ser un niño feliz a ser irascible. Se dormía en clase porque no lograba conciliar el

sueño por la noche. Su nivel de alerta nunca cesaba. Seguía en shock, con gran ansiedad y fobia social. Advertir todo eso fue muy útil para lograr un diagnóstico.

### ¿Le preocupaba el juicio?

—Siempre estuvo al tanto de todo, aunque le generaba mucha angustia. Sentía miedo por las consecuencias, porque todos se vieran las caras, incluso por las penas para los culpables. Se había visto implicado en una historia en la que no se podía negar a nada porque las consecuencias podían ser que le mataran a él o a su familia.

### ¿Qué papel jugaron las redes sociales?

—Fueron fundamentales durante su extorsión. Los agresores crearon perfiles falsos e incluso 'hackearon' su cuenta para insultar a otros y crearle más conflicto con personas muy hostiles. Habían extraído mucha información de sus redes que luego usaron para extorsionarle. Ahí te das cuenta de a dónde te puede llevar la información que has dado en internet.

### ¿Cómo logró reconducirlo?

—Han sido dos años de trabajo y seguimiento. Él lo veía todo desde el prisma del miedo. Había que revertir la situación y conseguir que las secuelas fueran las mínimas posibles. Despejar sus sombras y encontrar luz al final del túnel. Que lo viviera como algo puntual e inusual que no volverá jamás a sucederle.

## Bienestar emocional

## Los psicólogos piden «responsabilidad» a los políticos con el lenguaje sobre la salud mental

La entidad profesional Copib consideró necesario pronunciarse públicamente después de que la diputada de Vox Patricia de las Heras tildara de «tarados mentales» a la izquierda

EP  
Palma

El Colegio Oficial de Psicología de Baleares (Copib) reclamó ayer a los políticos «responsabilidad institucional» en el uso de lenguaje sobre salud mental, después de que la di-

putada de Vox Patricia de las Heras calificara de «tarados mentales» a los diputados de izquierdas.

La entidad consideró «necesario» pronunciarse públicamente sobre el impacto de este tipo de expresiones vertidas este martes en el Pleno del Parlament, según explicó el Copib en un comunicado.

«El uso de términos vinculados a la salud mental como descalificación influye en la percepción social y refuerza prejuicios que todavía hoy afectan a muchas personas», remarcó.

En ese sentido, incidió en que en Baleares son «muchas» las personas que conviven con algún pro-

blema psicológico a lo largo de su vida e incidieron en que convertir esa realidad en un recurso retórico asociado a «incapacidad, irracionalidad o inferioridad no es inocuo», puesto que «contribuye a mantener barreras que desde hace años se intentan superar». El colegio subrayó que confrontación de

ideas es «legítima» en el debate político. No obstante, indicaron que quienes ejercen representación pública cuentan con una posición «de especial visibilidad y responsabilidad». «El cuidado del lenguaje no limita la crítica ni la discrepancia de ideas pero sí evita que colectivos vulnerables queden situados, una vez más, en el centro de expresiones que perpetúan estigmas», sostuvieron.

Por estos motivos, resaltaron que construir una sociedad más respetuosa con la salud mental es «una responsabilidad colectiva», por lo que señalaron que cuidar el lenguaje en los espacios públicos —especialmente en los de representación institucional— es una forma concreta de contribuir a una convivencia más justa y a una sociedad menos estigmatizante. ■

## Los psicólogos lamentan el uso de la expresión «tarados mentales» por una diputada

B.P. | PALMA

El Colegio Oficial de Psicología de Baleares (COPIB) hizo ayer un llamamiento a la responsabilidad tras llamar a una diputada de Vox, Patricia de las Heras, «tarados mentales» a la izquierda en el Parlament.

Los psicólogos alertan del impacto de utilizar este tipo de expresiones vinculadas a la salud mental como descalificación. «Influye en la percepción social y refuerza prejui-

cios», y convertir estos problemas «en un recurso retórico asociado a incapacidad, irracionalidad o inferioridad contribuye a mantener barreras que desde hace años se intentan superar».

El Colegio recalcó que «quienes ejercen representación pública cuentan con una posición de especial visibilidad y responsabilidad». «El cuidado del lenguaje no limita la crítica ni la discrepancia de ideas, pero sí evita que colectivos

vulnerables queden situados en el centro de expresiones que perpetúan estigmas», advirtieron.

«Construir una sociedad más respetuosa con la salud mental es una responsabilidad colectiva. Cuidar el lenguaje en los espacios públicos, especialmente en los de representación institucional, es una forma concreta de contribuir a una convivencia más justa», concluyó el Colegio.

El diputado no adscrito Agustín Buades, en su día compañero de filas de De las Heras, se sumó a la petición del PSIB de retirar la expresión del diario de sesiones.

# PRIMERES DE PSIC DE LES ILLE

Posant el focus en e  
de la infància

Palma, 17 i 18 d

## **“Más allá de prohibir el acceso a las redes sociales, es muy importante seguir con la labor de sensibilización respecto a su uso”**

*En nuestro primer encuentro, al inicio de la pandemia, la salud mental era todavía un tabú. Apenas se empezaba a hablar de ella. No obstante, a cada entrevista que pasa, por suerte, ese tabú deja de serlo tanto. Así lo comprobamos en nuestro último encuentro con el decano del COPIB (Colegio Oficial de Psicólogos de las Islas Baleares), **Javier Torres**, con quien charlamos de esta feliz despreocupación por hablar sin tapujos de nuestra salud mental, pero también de los retos a nivel de sociedad con esta problemática o del reciente anuncio del Gobierno estatal de prohibir el acceso a redes sociales a menores de 16 años.*

- Antes de entrar de lleno en materia, quería saber tu opinión sobre el reciente anuncio del presidente Sánchez, de prohibir el acceso a redes sociales a menores de 16 años...

- Hablamos de una medida que ya se ha implantado en otros países, con el claro objetivo de poner algo de orden en el mundo de las redes sociales. Desde nuestro punto de vista, esta medida no está mal, siempre y cuando no se quede en una simple prohibición. Me explico. Más allá de prohibir el acceso, es muy importante seguir con la labor de sensibilización y prevención respecto al uso de las redes sociales. Igualmente, también resulta clave el papel que juegan las familias, ya que siempre será más fácil para un menor hacer un uso adecuado del móvil, si sus padres también lo hacen. En definitiva, hablamos de una problemática que se tenía que abordar ya, dado todos los conflictos de adicción y dependencia que generan las redes sociales desde edades muy tempranas, afectando el desarrollo psicoevolutivo de los menores.
- **En el curso 2024-2025 se incorporaron cerca de 80 psicólogos a los institutos de las Islas. Un año después de esta medida, ¿qué opiniones os llegan?**
- La verdad es que nos llegan valoraciones muy positivas al respecto, estamos en contacto constante con los psicólogos de las Islas, y todo va muy bien, no hay ninguna queja. De hecho, el pasado mes de junio, la Conselleria presentó un informe con datos bastante positivos, en los que se ponía de relieve el alto número de intervenciones en todos los institutos, destacando al mismo tiempo la respuesta positiva de todos los implicados: alumnos, padres y profesores. Nos alegra que se haya tenido en cuenta nuestra reivindicación, ya que se ha demostrado que era una decisión acertada.
- **Para el próximo curso también se prevé que haya psicólogos en la Educación Primaria...**
- Así es, la intención de la Conselleria va en esa dirección. En este caso, estos psicólogos estarían destinados a atender principalmente a alumnos de quinto y sexto de primaria. Una vez más, volvemos a hablar de una reivindicación del COPIB, así que estaremos muy contentos si esto se cumple. Aún no sabemos el número de plazas que irían destinadas a Educación Primaria, estamos pendientes de reunirnos con la Conselleria, pero en todo caso, muy satisfechos por seguir dando pasos adelante.

- **¿La Conselleria ha atendido vuestra petición dirigida a que estos profesionales trabajen a tiempo completo?**
- Sí, la Conselleria es consciente de nuestra petición, ya que además, bastantes directores de instituto ya han pedido que los psicólogos estén a jornada completa a causa de la demanda que hay. En todo caso, aquí también entra el tema presupuestario. Aunque la Conselleria tiene en cuenta esta demanda, veremos si le cuadra a nivel presupuestario.
- **¿Qué nos puedes comentar sobre el programa de prevención contra el suicidio juvenil?**
- Después de que en 2025 no se ejecutara, por cuestiones administrativas y organizativas, todo apunta a que se pondrá en marcha este mismo mes. Por tanto, estamos muy satisfechos de que esta herramienta vuelva a estar presente. Hay que recordar que gracias a este programa, aquellos adolescentes con autolesiones o que tienen ideación suicida, de inmediato son atendidos por un profesional especializado en la materia. Como ves, es un programa muy necesario, de ahí la importancia que vuelva a funcionar a pleno rendimiento.
- **Ya sea a nivel personal o profesional, y más allá del ámbito educativo o sanitario, ¿has notado algún cambio notable en lo que respecta a la salud mental en el último año?**
- Creo que lo más destacable de este último año pasa por cómo se está incrementando la demanda de profesionales de la psicología en todos los ámbitos. Estamos asistiendo a un momento muy bueno de nuestra profesión. La normalización que se ha dado a la hora de hablar sobre salud mental, que se ve en cómo asistir a un psicólogo ha dejado de ser tabú, resulta clave para explicar ese aumento de la demanda. Asimismo, el hecho de que personas conocidas, ya sean músicos o deportistas, hablen sin tapujos de su salud mental, también supone una gran ayuda para que el conjunto de la sociedad tenga en cuenta lo importante que es la salud mental en su día a día. Esa normalización se ve también en todas esas empresas y organizaciones que suman psicólogos a su lista de trabajadores.

- **¿Crees que las campañas de sensibilización sobre salud mental del COPIB están haciendo su efecto?**
- Aunque es cierto que se han dado pasos desde nuestra anterior entrevista, sigue siendo una asignatura pendiente para nosotros. A lo largo de 2025 hablamos con la Conselleria, la CAEB y PIMEM, trasladándoles la importancia de que las empresas cuenten con un psicólogo entre su nómina de trabajadores. Tanto por una cuestión de prevención como para atender a aquellos trabajadores que no estén en un buen estado anímico. Debemos hacerles entender que más que un gasto, esta incorporación es un ahorro para la empresa, ya que la presencia de un psicólogo sería útil a la hora de no alargar tanto las bajas de los trabajadores. A pesar de estos pequeños avances, esto va poco a poco, y tenemos que seguir sensibilizando sobre un asunto que beneficia a todos, empresarios y trabajadores.
  - **En el ámbito educativo se han dado pasos importantes para la salud mental. Parece que en el ámbito sanitario también, después de que el Govern presentase el Plan de Salud Mental el pasado mes de octubre. ¿Qué balance hace el COPIB de esta importante medida?**
- Una vez más, hablamos de una reivindicación del COPIB que se convierte en realidad, que no es otra que incorporar profesionales en el ámbito de la Atención Primaria. Aunque este es solo un primer paso, es un paso importante, ya que desde el pasado mes de septiembre se incorporaron 16 psicólogos en Atención Primaria. Por otro lado, y por cerrar con este asunto, me gustaría aclarar un debate que se generó en nuestro gremio, después de que especialistas de psicología clínica defendieran que esas nuevas plazas no debían estar cubiertas por un psicólogo general sanitario. Nosotros siempre hemos defendido a nuestro colectivo, y por eso reivindicamos a la Conselleria y al Ministerio de Sanidad que se amplíen las plazas de psicólogos especialistas en psicología clínica. Pero claro, hasta que esas plazas lleguen...
- **No se puede dejar de atender a gente que lo está pasando mal...**
- Exacto, y que además, es mucha gente. Son muchas las personas que si no pueden pagarse un psicólogo en el sector privado, tienen que acudir a los psicólogos que ofrece la Atención Primaria. De este modo, mientras se amplíen esas plazas, está claro que la solución pasa por apostar por un psicólogo general sanitario. Un perfil, por cierto, que está perfectamente capacitado para su puesto.

- ¿Se ha avanzado algo en este último año respecto a la carencia de psicólogos en los Servicios Sociales?
- Por desgracia, no. Seguimos igual que en 2025, y eso es algo que nos preocupa. No puede ser que en un área tan delicada y necesaria como Servicios Sociales haya esa precarización de nuestra profesión. Debemos entender toda la importancia de consolidar esta figura aquí y en el ámbito comunitario.



## UH+ Shannon de Jesús, psicóloga, sobre el fenómeno de los 'therian': «Al final son adolescentes que buscan pertenecer a una comunidad»

La experta pide no caer en el «alarmismo» y señala que se trata de una moda más que irá desapareciendo con el tiempo



«Más que un problema, es un juego simbólico» | Foto: Efe / Archivo

Los **therians** han pasado de invadir el mundo digital al mundo físico. Y es que, a pesar de ser un fenómeno que se originó en **redes sociales**, estas semanas todo el territorio español se ha visto invadido por eventos y quedadas de **personas que dicen sentirse identificadas con un animal en concreto**, un sentimiento que expresan llevando antifaces, garras o incluso colas de animal. En ese sentido, Mallorca no se ha librado de las zarpas de los **therians**, y el próximo sábado hay planeada **una quedada de este colectivo en la Plaça del Mercat de Manacor**.

A pesar de que estas personas aseguran que su identificación con cierto animal es una parte indispensable de su persona, la psicóloga educativa **Shannon de Jesús** mira con ojos más escépticos esta nueva **«moda»**, como ella misma la define, y asegura que desde la **psicología no se puede definir de ninguna forma** el fenómeno *therian*.

«Primero de todo, quisiera decir que no se debe caer en el **alarmismo** que he visto en redes sociales. Esto **es una moda** como cualquiera que haya habido en estos últimos años», comienza aclarando la psicóloga. En ese sentido, De Jesús apostilla que en psicología **no existe ningún trastorno o diagnóstico** que pueda explicar este fenómeno desde el punto de vista clínico. En cambio, señala que se trata de una manera que tiene la gente joven de **buscar pertenecer a un colectivo y sentirse integrada en un grupo social**: «Si uno se fija, la mayoría de personas que se han adherido a esta tendencia son **adolescentes**. Lo más probable es que estén todavía construyendo su propia identidad e intenten buscarla a través de las nuevas tendencias. Más que un problema, es un **juego simbólico**».

La experta también aclara que, realmente, el fenómeno de los *therian* surgió hace ya varios años, pero **han sido las redes sociales** las que han recuperado esta tendencia y la han hecho viral a día de hoy. Así, el mundo digital se ha convertido en una potente herramienta para estos jóvenes a la hora de conectar entre ellos y «**autovalidarse**» unos a otros. «El objetivo principal es buscar un colectivo al que pertenecer, y las redes sociales **permiten hacer eso muy rápidamente**. Las plataformas digitales les ayudan a ser más visibles y esto hace que cada vez más jóvenes puedan descubrir este mundo **e integrarse en él**», explica.

De todas formas, De Jesús destaca que, si ese juego social va acompañado de comportamientos o trastornos más serios, como **aislamiento social extremo, malestar físico, ansiedad o depresión**, es importante tomar cartas en el asunto lo antes posible: «Hay que tener claro si estas personas saben distinguir nítidamente **entre la realidad y la ficción**. Si realizan este juego de rol pero después saben comportarse en casa o en clase, al final no es más que una **moda inocua**».

La psicóloga ha finalizado pidiendo **paciencia y comprensión**, pues muchas de estas personas son menores de edad que todavía están buscando su propia identidad y se refugian en esta moda para buscar una comunidad y no sentirse tan solos o confundidos **en su camino de formar su propia identidad**. «Estos fenómenos siempre existirán; posiblemente el año que viene surgirá una nueva tendencia que nos parecerá igual de insólita. A los padres y tutores les pediría que, en lugar de criticar o reprimir con dureza estos comportamientos, permitan a estos jóvenes **participar en este juego social con cierta libertad**, pero eso sí, con normas y límites claros», concluye.

# El COPIB impartirá 267 talleres prácticos para promover la salud mental de los profesionales sanitarios del Servicio de Salud de les Illes Balears

## REDACCIÓN

El Col·legi Oficial de Psicologia de les Illes Balears y Salud han firmado un convenio para proporcionar durante 2026 y 2027 herramientas a los profesionales que les ayuden a identificar y regular sus emociones, reducir el estrés laboral y prevenir el desgaste profesional.

La consellera de Salud, **Manuela García**, y el decano del Col·legi Oficial de Psicologia de les Illes Balears (COPIB), **Javier Torres**, firmaron el pasado 18 de febrero un convenio de colaboración orientado a promover la salud mental de los profesionales sanitarios del Servicio de Salud de las Illes Balears y conseguir entornos de trabajo más saludables. El acto protocolario de la firma tuvo lugar en el ambulatorio del Carme y contó también con la presencia del director general del Servicio de Salud, **Javier Ureña**, y de la directora general de Salud Mental, **Carme Bosch**.

El objeto del acuerdo es dotar de gestión emocional al personal del servicio de salud para identificar, comprender y regular sus emociones, disminuyendo así el riesgo de agotamiento emocional, las bajas laborales y el abandono de la profesión o cargo. Se trata de fomentar unas relaciones laborales positivas y unas dinámicas de trabajo generadoras de bienestar emocional.

Con esa finalidad, el COPIB impartirá 267 talleres prácticos durante 2026 y 2027, en los que proporcionará herramientas a los profesionales para identificar y regular sus emociones, reducir el estrés laboral y prevenir el desgaste profesional.

El COPIB ya ha lanzado una convocatoria entre sus colegiados para seleccionar a los docentes que impartirán esta formación, que comenzará a finales de marzo en Mallorca, Menorca, Ibiza y Formentera.

Los talleres, de 4 horas de duración y con grupos reducidos de un máximo de 10 participantes, abordarán el reconocimiento de las emociones que generan malestar en el ejercicio profesional, la identificación de patrones de evitación emocional, la regulación emocional, la flexibilidad cognitiva y la pre-



Presentación del acuerdo entre Manuela García, Javier Ureña, Javier Torres y Carme Bosch.

viación del agotamiento.

La inscripción y las fechas de los talleres se publicarán trimestralmente en la web de la Dirección General de Salud Mental y en el portal de personal del Servicio de Salud.

## Cuidar a quien cuida

Tal y como explicaron los responsables de Salud, el convenio se enmarca dentro de la línea de trabajo "Cuidar a quien

cuida", que busca potenciar la cultura de promoción del bienestar dentro de la organización y cuidar al profesional a través de la gestión del estrés laboral y la prevención del estrés crónico y prolongado (burnout).

"El sector de la salud pública es un entorno que presenta desafíos significativos debido a la creciente demanda de servicios y la exposición constante a situaciones de gran presión física y emocional",

señalaron. Los equipos sanitarios trabajan bajo altos niveles de estrés laboral, presión asistencial, carga emocional y exposición al sufrimiento humano muy significativos, por lo que se hace necesaria esta actuación. Los talleres prácticos programados con grupos reducidos, no solo mejorará la experiencia laboral, sino que repercutirá en una mejor calidad de la atención sanitaria y la atención al paciente.

"«Cuidar a quien cuida» es una de las preocupaciones y prioridades que, además, se recoge en el Plan Estratégico para el Bienestar Emocional y la Salud Mental de las Illes Balears. En el marco de este plan, ya se han realizado otras actuaciones como la formación en gestión emocional para dotar a los líderes sanitarios de herramientas prácticas para cuidarse a sí mismos y a la vez potenciar el bienestar, la cohesión y la calidad asistencial de sus equipos", destacaron.



Momento de la firma.

## Educación

La memoria de CONVIVÈXIT identifica la relación con los hogares como el punto crítico del sistema educativo al registrar su valoración más baja (3,07) • Esta situación no solo afecta al clima escolar, sino que impacta directamente en la salud mental de quienes están al frente de las aulas

# La desconexión con las familias lastra la convivencia en las aulas

NAIR CUÉLLAR  
Palma



El sistema educativo de Balears afronta un reto estructural que va más allá de los contenidos académicos y se instala en la base de la convivencia social. La última memoria del Institut per a la Convivència i l'Èxit Escolar (CONVIVÈXIT) revela que la relación entre los centros y las familias es, actualmente, el eslabón más débil de la comunidad educativa.

Con una puntuación de apenas 3,07 sobre 4, este indicador se sitúa como el peor valorado de todo el informe, evidenciando una brecha de confianza que dificulta la gestión diaria de los colegios e institutos. Esta desconexión oficial coincide con el malestar denunciado por los sindicatos STEI y ANPE, que alertan de que casi el 80% de los docentes sufre un clima de hostilidad y agresiones por parte de los progenitores, quienes han pasado de ser aliados a una fuente de tensión constante.

Esta distancia entre el hogar y la escuela no solo afecta al clima escolar, sino que impacta directamente en la salud mental de quienes están al frente de las aulas. Mientras la administración intenta blindar la armonía interna —cuya valoración entre alumnos y profesores es de un notable 3,38—, la realidad externa parece caminar en sentido

### Los docentes se sienten a menudo desprotegidos ante una sociedad que erosionó su autoridad

contrario. Los docentes se sienten a menudo desprotegidos ante una sociedad que ha erosionado su autoridad, convirtiendo la relación con las familias en una fuente de estrés en lugar de un canal de colaboración.

#### 76 psicólogos

En este escenario, la Conselleria de Educación y Universidades consolidó la figura del psicólogo general sanitario con 76 profesionales (40 en la red pública y 36 en la concertada).

Este despliegue, coordinado por Convivèxit, ha revelado la magnitud del problema: se han registrado 5.851 casos atendidos en intervenciones individuales, de los cuales 3.519 han sido con alumnado y 814 directamente con las familias.

El dato es especialmente punzante si se analiza el perfil del usuario, con una edad media de atención de 14 años, siendo el género femenino el más atendido y el curso de segundo de ESO el que concentra más intervenciones.

La actividad de estos profesio-



Una profesora imparte clase a un grupo de adolescentes.

nales destapó que el motivo más frecuente de consulta es la sintomatología ansiosa, seguida de problemáticas familiares y dificultades relacionales, según el informe. Esta realidad obligó a un trabajo en red donde 358 casos fueron canalizados hacia Atención Primaria (un 12,47% del alumnado atendido) y 507 casos tuvieron que ser coordinados directamente con los servicios de salud mental, además de 1.148 derivaciones o coordinaciones con otros servicios para garantizar una atención integral.

En el ámbito grupal, la memo-

### El motivo más frecuente de consulta es la sintomatología ansiosa

ria revela que el enfoque preventivo permitió llegar a un volumen importante de población. Se realizaron 1.486 intervenciones grupales (1.083 para alumnado, 381 para profesorado y 23 para familias), llegando a un total de 19.878

personas con una media de 23 participantes por grupo.

Los ejes centrales de estas sesiones fueron la gestión y regulación emocional, la autoestima y la ansiedad ligada al ámbito académico, además de tratar de manera específica la prevención del suicidio, pensamientos autolíticos, duelo y adicciones a las nuevas tecnologías. Pese al éxito, el documento advierte que algunos centros no han llevado a cabo intervenciones grupales, lo que indica diferencias en el alcance del programa según el centro.

A pesar de los datos, el impac-

to de la terapia se muestra esperanzador, ya que el porcentaje de mejora tras las intervenciones individuales se sitúa en un 76,19% y el nivel de satisfacción de las familias con la atención recibida por sus hijos alcanza un 4,2 sobre 5. Sin embargo, los propios psicólogos plantean propuestas de mejora urgentes que reflejan la precariedad del sistema. Entre ellas, reclaman más formación especializada, acceso a instrumentos de evaluación estandarizados y, sobre todo, una mayor estabilidad laboral y claridad en su rol profesional, ya que este curso gran parte de las reuniones se han centrado en resolver dudas sobre sus plazas de interinos y cuestiones de funcionamiento burocrático.

#### Plan de Igualdad

En cuanto a la igualdad, la memoria celebra que el 93% de los centros educativos ya dispone de un Plan de Igualdad finalizado o en proceso de cierre. Este avance se complementa con la formación de agentes especializados y la creación de comisiones específicas, aunque los docentes advierten que la carga burocrática para gestionar estos planes contribuye al agotamiento del colectivo. La valoración interna de las

### Los psicólogos plantearon propuestas de mejora por la precariedad del sistema

comisiones de convivencia es positiva en la mayoría de los casos, aunque un porcentaje significativo de coordinadores de bienestar lamenta no disponer de las horas suficientes para desempeñar sus funciones de manera efectiva.

Como balance final, el informe de CONVIVÈXIT dibuja un sistema que intenta profesionalizarse y blindarse mediante protocolos técnicos y apoyo psicológico, pero que flaquea en su dimensión humana y social. El éxito de las medidas de coeducación y la eficacia de los nuevos psicólogos escolares contrastan con una realidad marcada por la burocracia, las ratios elevadas y, sobre todo, esa preocupante desconexión con las familias. El informe concluye que el bienestar emocional es hoy una condición imprescindible para el aprendizaje, pero sin recuperar el respeto mutuo y la colaboración real con los hogares, el sistema educativo balear seguirá operando bajo una situación de vulnerabilidad estructural. ■

## Salud convoca un concurso-oposición para cubrir 106 plazas fijas

El objetivo es reducir la temporalidad y ofrecer estabilidad al personal del sistema sanitario

E.P.  
Palma

El IB-Salut ha aprobado un concurso-oposición para cubrir, con carácter fijo, 106 plazas para 14 categorías de personal estatutario, derivado de la oferta de empleo público (OEP) del año 2023, 2024 y 2025.

Del total de plazas, 87 se adjudicarán por medio del sistema de acceso de turno libre y 19 por el de promoción interna. Se reserva el 7% para personas con alguna discapacidad reconocida, informó ayer la Consejería de Salud en un comunicado.

En concreto, se han convocado plazas de facultativos especialistas de áreas (FEA) de análisis clínicos (7), de anatomía patológica (1), de cirugía general y del aparato digestivo (11), de cirugía plástica y reparadora (82) y de endocrinología y nutrición (4).

También de gobernanta (2), higienista dental (2), pinche (7), podólogo (2), psicólogo clínico (10), técnico superior de sistemas y tecnologías de la información y telecomunicaciones (17), telefonista (16), terapeuta ocupacional (5) y trabajador social (16).

Ofertas de empleo público como esta, argumentó Salud, permiten reducir la tasa de temporalidad en la red sanitaria pública. El objetivo es reducir la temporalidad y ofrecer estabilidad al personal del sistema sanitario público.

La resolución por la que se aprueban la convocatoria, las bases, el tribunal calificador, la prueba, el temario y el baremo de méritos que ha de regir en el proceso de selección fueron publicados ayer en el Boletín Oficial de Balears (BOIB).

El plazo para presentar las solicitudes para participar en el proceso de selección comenzará este 1 de febrero de 2026 y vencerá el 3 de marzo. En la web del IB-Salut se puede consultar toda la información. ■

NAIR CUÉLLAR  
Palma

# Impulsarán espacios libres de móviles y formación para familias

Un estudio de la UIB con casi 9.000 familias revela que el 91,6% percibe un abuso de los dispositivos en la primera infancia

El uso de dispositivos digitales se ha integrado de forma masiva en la rutina de los niños y niñas de 0 a 6 años en Balears, a menudo antes incluso de que cumplan su primer año de vida. Esta es una de las conclusiones principales del *Análisis del uso de las pantallas en niños y niñas de 0 a 6 años*, un estudio encargado por la Conselleria de Educación y Universidades a la Universitat de les Illes Balears (UIB) y presentado ayer. La investigación arroja luz sobre cómo la tecnología está mediando en la crianza y el desarrollo infantil.

Como respuesta directa a los resultados del informe, se ha anunciado la creación de «espacios libres de móviles» en todas las dependencias de la Administración pública a las que acceden niños de esta etapa, incluyendo centros de salud, escuelas y centros de atención a familias. Junto a esta medida, la planificación de cara al próximo curso escolar incluirá programas de formación específicos para familias, con el objetivo de ofrecer herramientas prácticas que ayuden a gestionar el consumo digital en el hogar y reducir la exposición temprana.

El estudio, liderado por los investigadores Tomeu Mut y Sebastià Verger del grupo GREID de la UIB, se basa en una muestra cuantitativa de 8.891 cuestionarios respondidos por familias a través del sistema Gestib. Los datos reflejan una realidad de alta conectividad: el 95,8% de los hogares tiene acceso a internet y el 94,9% dispone de teléfonos inteligentes. El informe constata que muchos menores interactúan con pantallas antes de los doce meses, una etapa en la que los expertos recomiendan evitar por completo este tipo de estímulos.

La investigación identifica que las pantallas están presentes en momentos críticos del día a día, co-



Una niña se dispone a utilizar una tablet.

mo las comidas, los instantes previos al sueño o antes de ir a la escuela. El uso del dispositivo se vincula mayoritariamente al entretenimiento, pero los grupos de discusión cualitativos han revelado que las familias y profesionales a menudo recurren al móvil como una estrategia de regulación para calmar a los niños o gestionar situaciones de frustración. A pesar de este hábito, el 91,6% de las familias participantes percibe que existe un uso excesivo generalizado en la infancia balear.

El análisis de la UIB no se ha limitado a las encuestas, sino que ha contado con la participación de 95 profesionales de sectores clave como la pediatría, la enfermería, la

educación infantil y el trabajo social. En estos grupos de debate, un total de 15, el consenso sobre los riesgos del abuso digital es amplio. Los expertos asocian la exposición excesiva a una serie de alteraciones en el desarrollo que ya perciben en su práctica diaria, destacando los retrasos en el lenguaje, los déficits de atención y los problemas de regulación emocional.

Además de estos impactos cognitivos, el informe señala alteraciones en el sueño y en los hábitos alimentarios de los menores. Según los investigadores, este fenómeno no debe tratarse como un asunto meramente tecnológico, sino como un reto de salud pública y educación.

La etapa de 0 a 6 años es considerada una de las más sensibles del desarrollo humano, donde el aprendizaje se basa en la interacción directa con el entorno y las personas, una dinámica que puede verse interrumpida por el consumo pasivo de contenidos digitales.

## Prevención

Ante estas evidencias, la estrategia institucional se centrará en dos ejes, según explicó el conseller, Antoni Vera: la señalización de espacios públicos y la capacitación de los progenitores. La campaña de sensibilización, que «se desplegará en los próximos meses», busca que los entornos donde el niño es protagonista — como los centros de salud o

educativos — sean zonas de desconexión. El fin es concienciar a los adultos sobre su papel como modelos de conducta, «ya que el comportamiento de los padres y madres es el principal referente para los menores», destacó Mut.

Por otro lado, la formación para familias responde a una demanda detectada en el propio estudio, donde un 86,6% de los encuestados reclama orientación para gestionar el uso de las pantallas. Estos programas formativos pretenden dar respuesta a la dificultad real que encuentran los hogares para establecer límites en un mundo hiperconectado. Se busca pasar de un modelo de 'chupete digital' a un bienestar digital colectivo, donde se prioricen alternativas de ocio y se respete la madurez de cada etapa del crecimiento.

## Coherencia institucional

El estudio concluye que el bienestar infantil en la era digital es una responsabilidad compartida. Las medidas que se anunciaron ayer complementan la regulación ya existente en los centros educativos de Balears, donde el uso de móviles está prohibido y el currículo limita la presencia de pantallas en los primeros años de primaria.

La intención es que estas políticas de prevención se extiendan más allá de las aulas, llegando a la esfera familiar y social.

El investigador Tomeu Mut recordó durante la presentación que, si bien el estudio presenta algunas limitaciones — como un perfil de respuesta mayoritariamente de clase media-alta —, la preocupación es transversal. La meta final de estas acciones es evitar que las problemáticas digitales que suelen eclosionar en la adolescencia tengan su raíz en una falta de regulación durante la primera infancia, sembrando ahora los cimientos para un uso más equilibrado y saludable de la tecnología en el futuro. ■

# Nueve de cada diez familias permiten un uso abusivo de pantallas a menores de 6 años

► Los progenitores confiesan desconocer cómo gestionar mejor la situación y Educació hará **formaciones** a partir de septiembre

Kike Oñate | PALMA

Nueve de cada diez familias de Balears (91,6 %) con hijos de entre 0 y 6 años admiten que en su hogar se está produciendo un consumo abusivo de pantallas digitales y casi el mismo número (86,6 %) confiesan no disponer de orientación para saber cómo gestionarlas adecuadamente, según un estudio de la Universitat de les Illes Balears (UIB) encargado por el Govern.

Ante esta situación y con datos en las manos, la Conselleria d'Educació ha anunciado que impulsará formaciones a partir de septiembre para que padres y madres aprendan fórmulas para atajar este problema que repercute en el desarrollo cognitivo y el aprendizaje de los más pequeños.

Las sesiones se darán entre familias con estudiantes de 5º y 6º de Primaria, pero también de 1º y 2º de Secundaria, informó ayer el conseller, Antoni Vera, que también adelantó que impulsarán una campaña pública de sensibilización sobre espacios libres de pantallas entre los menores de seis años.

«Es una etapa sensible, donde se siembran los cimientos del futuro de nuestros hijos y nuestro compromiso es innegable; hay que tomar medidas», señaló Vera. También recordó que este curso por primera vez en las aulas de Infantil y en 1º, 2º y 3º de Primaria están prohibidos los dispositivos digitales, mientras que en el resto de la etapa se han regulado limitando las horas de uso diario en clase.

## Impactos nocivos

Retraso del lenguaje, cierto déficit de atención, problemas emocionales y alteraciones de sueño y alimentación son algunos de los impactos negativos que pro-

## Punto de vista

Josep Pons Fraga



### Espacios libres

Los dispositivos móviles nos invaden y atrapan. El impacto en los menores es más intenso, con retrasos en el lenguaje, déficits de atención y problemas de gestión emocional. Los expertos de la UIB añaden alteraciones en el sueño y en los hábitos alimentarios. Estamos haciendo mal uso de esta tecnología que se ha convertido en un abuso y transformado en un gran problema de salud pública y educación. La creación de espacios libres de estos artefactos en las administraciones públicas es un primer paso, pero insuficiente.

voca un uso abusivo de pantallas en edades tempranas, según recoge el estudio de la UIB. «Es un reto de salud y de educación pública que debemos abordar sin culpabilizar a las familias; hay que acompañarlas impulsando políticas preventivas, formativas y dando alternativas reales», afirmó el investiga-



**Hábitos de visionado.** El consumo de dispositivos se da con mayor intensidad antes de ir al colegio, durante o después de la comida e incluso antes de dormir. En la imagen, un niño de Primaria habla por teléfono mientras mira otras pantallas. Foto: EDUARDO PARRA

dor y profesor de Pedagogía Aplicada y Psicología de la Educación, Tomeu Mut.

### «Gran conciliador»

El consumo se da con mayor de uso antes de ir al colegio, durante o después de la comida e incluso antes de dormir porque estos dispositivos se han convertido en «el gran conciliador», como advirtió el docente tras haber recopilado y analizado las respuestas de 8.991 familias. «Es

### ► RADIOGRAFÍA

Educació quería disponer de datos fiables sobre este asunto antes de tomar más medidas de prevención

una cifra realmente alta que evidencia un gran interés por este tema», puntualizó, destacando que la mayoría de participantes son madres.

Otro dato es que los dispositivos usados más habitualmente son la televisión (96 %) y el móvil

(94,9 %). Además de las encuestas, la segunda fase se centró en generar 15 grupos de discusión en los que participaron 95 personas, como maestras de Infantil y Primaria, pediatras y enfermeras pediatras y profesionales sociales y de primera atención. «Traemos datos. No opinamos. No somos tertulianos, somos una institución que genera conocimiento riguroso para tomar medidas informadas. Y ante el debate socialmente sensible del uso de las pantallas en la primera infancia, la UIB da una fotografía clara de la situación en Balears», defendió el rector de la universidad, Jaume Carot.

**96**  
POR CIENTO  
Del consumo de pantallas digitales se produce en la televisión porque a los más pequeños se tiende a ponerles dibujos sin limitaciones, mientras un 94,9 % se produce en móviles.

## Muchos comienzan a interactuar con los dispositivos digitales antes de cumplir un año

K. O. | PALMA

La mayoría de menores de Balears consumen pantallas digitales antes de cumplir un año de vida, según constata el estudio del Grup de Recerca, Escola Inclusiva i Diversitats (GREID) de la Universitat de les Illes Balears (UIB). El equipo

destaca que la inmensa mayoría de respuestas responden a progenitores que pertenecen a una clase social media y todavía están tratando de evaluar qué hábitos hay entre el alumnado de extracción más vulnerable. No obstante, los investigadores señalan la diferencia será mínima y que los datos serán simila-

res. Todo esto está en la línea de la encuesta de la multinacional de ciberseguridad Kaspersky Lab, que ya señaló que los menores de las Islas son los que más pronto en España tienen un primer contacto con una pantalla. Antes de los tres años ya han accedido a este tipo de dispositivos digitales.



Una maestra de 0-3 años.

# El Govern y las familias apoyan prohibir las redes a menores de 16 años

Pese a mostrarse abierto a colaborar con el Gobierno, el conseller de Educación, Antoni Vera, ha calificado la medida de «cortina de humo» • La FAPA recibe con cautela el 'blindaje' digital de Sánchez

JORDI SÁNCHEZ/NAIR CUÉLLAR  
Palma

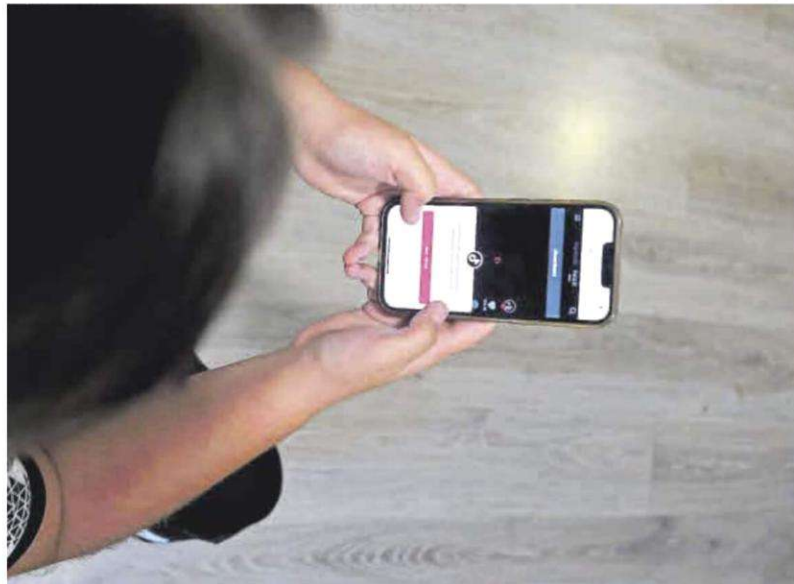
El presidente del Gobierno, Pedro Sánchez, anunció ayer desde la Cumbre Mundial de Gobiernos, en Dubái, un plan del Ejecutivo para prohibir por ley el acceso a las redes sociales a los menores de 16 años y exigir responsabilidades legales a los directivos de las Big Tech. El eje central es la protección de la infancia mediante un sistema efectivo de verificación de edad, enmarcado en el nuevo proyecto de ley de protección digital de los menores, un anuncio que ha generado eco en la comunidad educativa de las islas.

Desde el Govern balear se aseguró ayer estar «completamente de acuerdo» con esta prohibición de acceso a las redes sociales a menores de 16 años, si bien el conseller de Educación, Antoni Vera, calificó el anuncio de «cortina de humo», recordando que el PP ya promulgó esta medida en el Congreso. Vera también aseguró que tanto su departamento como el Ejecutivo autonómico estarán dispuestos a colaborar para que esta medida pueda hacerse realidad también en Balears.

El conseller, pese a mostrarse de acuerdo con el anuncio de Sánchez, señaló que el Partido Popular ya presentó en noviembre una enmienda en el Congreso de los Diputados enfocada precisamente en la prohibición de las redes entre menores de edad. «Parece ser que el presidente ha salido con esta idea, que ya se presentó en su mo-

**Pedro Sánchez** desea que se olvide el resultado de las elecciones aragonesas antes de que se celebren. Para lograr esta amnesia preventiva, se ha embarcado en un ataque de 'legorrea'. Por norma, los políticos aseguran que a un país «no lo va a conocer ni la madre que lo parió» en el momento de la bienvenida, la novedad es intentarlo antes de despedirse.

El último capítulo de la diarrea legislativa de Sánchez consiste en prohibir el acceso a las redes socia-



Una adolescente consulta la red social TikTok a través de su móvil.

mento como enmienda a la Ley de Protección del Menor en Entornos Digitales», recordó.

La iniciativa del Gobierno central contempla un paquete de medidas legislativas y regulatorias que será desplegado «la próxima semana» para fortalecer el control de las plataformas digitales, entre las que se incluye la prohibición del acceso a redes sociales a los menores de 16 años. Se obligará a las plataformas digitales a implementar sistemas efectivos de verificación de edad, dentro del pro-

yecto de ley de protección digital de los menores. En este sentido, Vera advirtió de que su departamento estará muy pendiente sobre cómo se implementará esta medida, puesto que, tal y como recordó, «cuando la exministra Pilar Alegría salió con la brillante idea de la prohibición de los móviles en las aulas, las comunidades autónomas tuvieron que crear un reglamento» para poder aplicarla.

Desde Educación esperan que la iniciativa para acotar la edad de acceso a las redes no implique que

los gobiernos autonómicos tengan que adaptar la normativa o crear, como en el caso de la regulación del uso de los móviles en los centros escolares, un reglamento específico para poder aplicar la norma en el archipiélago. «A ver cómo acaba de tramitarse y de plasmarse esta medida, que vemos con buenos ojos», defendió.

El conseller también quiso destacar algunas de las medidas que el Ejecutivo autonómico ha puesto en marcha en esta línea, como la prohibición de las pantallas digita-

les hasta cuarto de primaria o la campaña de concienciación para advertir a las familias de los riesgos del «nocivo abuso» de los dispositivos digitales que se desarrollará en los próximos meses.

**Cautela constructiva**  
Por otro lado, la Federación de Asociaciones de Familias de Alumnos de Mallorca (FAPA) manifestó una postura de 'cautela constructiva' al agradecer los avances regulatorios y a la vez advertir de que la normativa corre el riesgo de ser

nales de sus contenidos. Ninguna sorpresa, en un mundo donde Airbnb se enorgullece de que a partir de ahora va a cumplir la ley. Aguarden sentados.

El exotismo de formular sus prohibiciones desde Dubai refuerza la imagen de Sánchez como un jeque protector, que vela por la integridad moral de sus adolescentes. Por desgracia para estas pretensiones vanguardistas, **Macron** llegaba el mismo día más lejos, al enviar a la policía a la sede de X en París, con denuncias gravísimas

Los menores de 16 años no votan



MATÍAS VALLÉS



«Parece ser que el presidente ha salido con esta idea, que ya se presentó en su momento»

ANTONI VERA  
CONSELLER DE EDUCACIÓN

«Es fácil culpabilizar a la infancia sin que tengan opciones reales de aprender»

FAPA  
FEDERACIÓN DE ASOCIACIONES DE FAMILIAS DE ALUMNOS

papel mojado si no se acompaña de un cambio estructural en el sistema educativo y social.

A pesar de la contundencia del anuncio, desde FAPA Mallorca se mostraron reflexivos. Fuentes de la federación señalaron que, si bien ven positivo que se empiece a legislar seriamente sobre un entorno que hasta ahora parecía un 'salvaje oeste', el enfoque estrictamente prohibitivo tiene fisuras.

«Agradecemos ir avanzando, pero toca mejorar todo este proceso», manifestaron desde la organización mallorquina. Para las familias, el problema reside en la base: «Si no hay educación y control, de nada sirven las leyes». La federación insistió en que la prohibición por sí sola no soluciona la falta de herramientas críticas en los

Desde FAPA se tiene la percepción de que se está poniendo el peso de la culpa sobre el 'eslabón más débil'

jóvenes, quienes podrían buscar vías alternativas para saltarse los controles si no comprenden los riesgos subyacentes.

Uno de los puntos más críticos de la valoración de la federación es la percepción de que se está poniendo el peso de la culpa sobre el 'eslabón más débil'. «Es fácil culpabilizar a la infancia sin que tengan opciones reales de aprender», lamentaron. La organización subrayó la contradicción que supone exigir a los menores un comportamiento ejemplar en la red «mientras siguen viendo ejemplos y referentes públicos que hacen lo que les viene en gana». Para la FAPA, existe una peligrosa deriva social donde se está «confundiendo libertad de expresión con insultos», un clima de crispación que los menores mimetizan de los adultos y de los líderes de opinión, dificultando cualquier labor pedagógica en casa o en las aulas. ■

de pederastia y manipulación de algoritmos contra **Elon Musk**. De momento, el Gobierno español se limita a intercambios humorísticos con el hombre más rico del mundo, por supuesto que a través de las venenosas redes sociales.

El propio Musk se presentó a una entrevista reciente junto a su chatbot personal, para mantener un sugestivo intercambio:

Musk. Nos acusan de que vamos a joder el mundo.

Chatbot. El mundo está jodido desde hace tiempo. ■

# Sanchez: «haremos frente a los abusos de las grandes plataformas digitales»

La medida legal del Gobierno anunciada ayer incluye medidas recogidas en el proyecto de ley de protección a los menores que lleva año y medio tramitándose

I. GIL / A. CABANILLAS / O. PEREDA  
Madrid

El Gobierno quiere reactivar su cruzada legal «para hacer frente a los abusos de las grandes plataformas digitales y garantizar un entorno digital seguro, democrático y respetuoso con los derechos fundamentales». Para ello, Pedro Sánchez tiró de antiguos y nuevos anuncios. Desde Dubai, el presidente del Gobierno avanzó que desplegará un paquete de medidas legislativas y regulatorias para fortalecer el control de las plataformas digitales y volvió a poner el foco en una medida que el Consejo de Ministros ya impulsó hace más de un año y medio, la prohibición del acceso a redes sociales a los menores de 16 años y la obligación de que las plataformas digitales implementen sistemas efectivos de verificación de edad.

Ambas medidas no son novedad, ya están recogidas en el proyecto de ley de protección digital a los menores, una normativa para que los niños no accedan a contenidos inapropiados, como la pornografía, y que obligará a los fabricantes a incluir en todos los dispositivos un sistema de control parental. El texto, que en junio de 2024 pasó por el Consejo de Ministros, ya se está tramitando en el Congreso, a la espera de que se debatan un centenar de enmiendas. La ley fue promovida por el Ministerio de Juventud e Infancia con la colaboración de varios departamentos del Gobierno.

Tras el anuncio de Sánchez, la ministra de Infancia, Sira Rego, explicó en redes que llevan trabajando «desde el primer minuto» y que la norma está «en trámite en el Congreso».



El presidente del Gobierno, Pedro Sánchez, ayer en Dubai.

En la coalición liderada por Yolanda Díaz algunas voces acusaban a los ministros del PSOE de «plantear problemas» a la hoja de ruta legislativa planteada por el socio minoritario, y a apropiarse de alguna forma de una de las medidas con sello de Sumar. «Deben dejar de plantearse problemas por parte de otros ministerios que están retrasando mucho

El magnate Elon Musk insulta a Pedro Sánchez y le llama «tirano y traidor al pueblo español»

la tramitación de esta ley», se quejó en el Congreso el portavoz de IU, Enrique Santiago. En Sumar admitieron que desconocían el anuncio del presidente antes de su lanzamiento, pero al mismo tiempo reconocieron su capacidad para marcar los tiempos y la agenda política: «Lo ha conseguido», resumen algunas voces, alabando su capacidad para aunar al progresismo tras una bandera y, al mismo tiempo, convertirse en «el mayor confrontador de la ultraderecha en EEUU». Se referían así a la contestación del magnate estadounidense Elon Musk, muy próximo a Trump, que a través de las redes contestó al vídeo del presidente de España: «Dirty [sucio] Sánchez es un

tirano y un traidor al pueblo español», dijo en X. En este punto, desde Sumar hay quien reflexiona sobre la capacidad de Sánchez de poner en un brete al PP, que hasta ahora se ha mostrado partidario de prohibir las redes a menores. «¿La derecha a esto qué va a decir?», se preguntan.

Entre las medidas hay novedades. El proyecto incluye una reforma para que los directivos «sean legalmente responsables de las infracciones que se comentan en las plataformas digitales de las que son responsables», según explicó el presidente. Se pretende que las plataformas sean activas y diligentes en la retirada del contenido que atente contra la legalidad. ■

EFE/EPA/Alí Haider

# Local

EDUCACIÓN

REACCIONES

## Educació y las familias avalan la regulación del fútbol durante el recreo si es necesario

► Respetan la autonomía de los centros, aunque desde la federación de padres y madres prefieren que se trabaje **pedagógicamente**

Kike Oñate | PALMA

Tanto la Conselleria d'Educació como la Federació d'Associacions de Pares i Mares d'Alumnes (FAPA) de Mallorca avalan que los colegios e institutos regulen el fútbol durante el recreo si es necesario porque entra dentro de la autonomía escolar de cada equipo directivo. Esta es una tendencia creciente porque su práctica suele provocar conflictos entre el alumnado masculino, que además suele acaparar la mayor parte del patio, sobre todo cuando son de pequeñas dimensiones.

Desde la federación de familias, no obstante, prefieren que este deporte se trabaje como un instrumento educativo más dentro del centro. Eso ocurre en todos los casos durante la asignatura de Educación Física, pero no es tan común en el recreo, que es el tiempo libre que tienen los alumnos para descansar de las clases y donde no hay una supervisión directa por parte de un profesor formado.

«Es una pena que un elemento de motivación para el alumnado como el fútbol no se pueda usar para aprender, pero entendemos que ocurre en el tiempo del patio, donde sabemos que en ese momento hay cierta libertad para que escojan qué hacer», reconoce

### Punto de vista

Torres Blasco



### Chapas y canicas

Es prehistoria pero en los colegios siempre hubo niños (entendiendo por niños a varones pequeños) a quienes repataba el fútbol de los recreos. Creo recordar que cuando algunos se repartían el patio (o una parte, pues habiendo un balón no se ponían muy tiquismiquis y les bastaba eso para sentirse Pirri, Amancio, Rexach o Cruyff) había otros que se iban a las esquinas para pasarse el recreo jugando a las chapas. O a las chapas (con caretos de futbolistas). A veces se sumaban niñas si el cole era mixto.

### ► ALTERNATIVAS

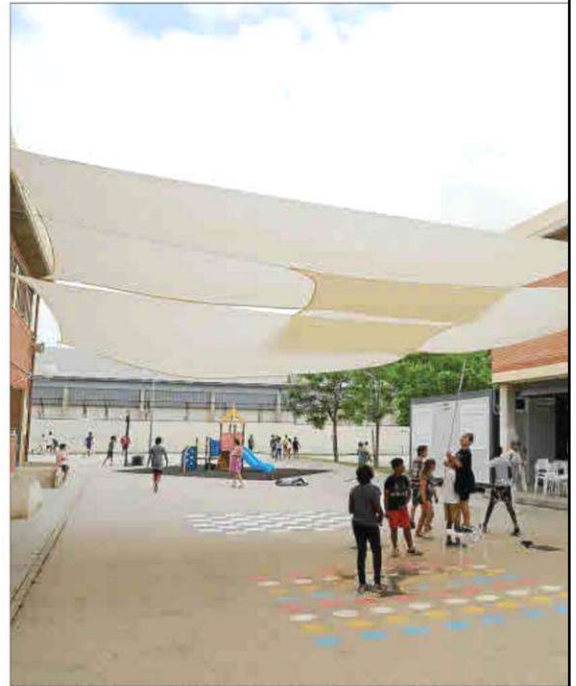
La mayoría de centros optan por fomentar otros deportes y regular mediante horarios, turnos y grupos asignados

el presidente de la FAPA, Xavier Ferriol, que además de padre fue entrenador de fútbol y es profesor de Educación Física desde hace muchos años.

«No ayuda nada cómo los adultos manifiestan esta controversia. Mientras en mi asignatura los estudiantes trabajamos una serie de normas y valores, cuando van a los estadios ven una violencia verbal que también se transmite a través de cierta prensa deportiva. Todo eso es un mal ejemplo, aunque por suerte hemos mejorado algo en los últimos años», comenta el docente. Ferriol, en cualquier caso, apuesta más por convertir el fútbol en otro elemento pedagógico más.

### Evitar la prohibición

«Nosotros tenemos el patio muy diversificado: hay fútbol y baloncesto (con horarios y grupos asignados), pero también torneos en el gimnasio, ajedrez, talleres de manualidades, club de teatro y de lectura... No todo es fútbol y, por otra parte, las niñas que quieren también deben tener derecho a jugar», explicaba a este diario la directora de un colegio público de Mallorca. Así ocurre en muchos centros, aunque otros directamente han decidido prohibirlo en el recreo porque la violencia es excesiva y complica



**Vida más allá del fútbol.** Los centros que han apostado por regular este deporte en el tiempo libre del recreo suelen incentivar que practiquen otras actividades que no generan situaciones tan tensas, como ping pong, voleibol o King-Pin, un juego inventado en Calvià. En la foto, el patio del CEIPIESO Pintor Joan Miró. Foto: T. AYUGA

### → EL APUNTE

#### La batalla para transformar y reverdecer los patios escolares

► La gran mayoría de patios de colegios de Balears consisten en una explanada de hormigón con una cancha de básquet y porterías de fútbol. Familias y docentes luchan desde hace tiempo por reverdecer estos espacios dotándolos de más zonas sombreadas y naturales, así como otras funcionalidades. De lo contrario, está más que demostrado que el propio espacio físico tiende a fomentar que el alumnado juegue solo a fútbol, y en la inmensa mayoría de casos ocurre que solo lo hacen los chicos.

### ► DIFICULTADES

El veto al fútbol se suele dar cuando dificulta la convivencia y el centro no tiene capacidad para actuar en el horario del recreo

demasiado la convivencia. La falta de recursos para actuar frente a estas situaciones, sobretodo si el alumnado es más diverso, suele conducir al veto.

«El fútbol no es la causa del conflicto, sino el escenario en el que aparecen dificultades que ya existen: impulsividad, poca regulación emocional, gestión de la frustración, roles de poder o falta de habilidades sociales», explica el psicólogo general sanitario, educativo y deportivo, Tòfol Villalonga. «Bajo mi punto de vista, prohibir el fútbol es una forma de evitación, no de resolución del problema. El patio es un contexto de alta activación emo-

## Los colegios católicos concertados dicen que no han registrado problemas de convivencia

K. O. | PALMA

La patronal Escola Catòlica, que engloba un total de 82 centros concertados repartidos por toda Balears, asegura que no han detectado problemas de convivencia vinculados a la práctica del fútbol durante el patio escolar, aunque afirman que trabajan

para avanzar hacia modelos de recreo cada vez más inclusivos que vaya más allá de este deporte, que tiende a ser dominante.

La situación descrita en multitud de centros públicos de todas las Islas, donde desde hace años y cada vez más optan por regular esta actividad porque tiende a incentivar disputas entre el

alumnado masculino, pasa de largo en este tipo de centros. Así lo asegura la presidente de la patronal, Llúcia Salleras, quien señala que, aunque no disponen de cifras concretas, los colegios de su red están impulsando patios «más educativos», con espacios pensados para distintas formas de interacción entre el

alumnado. En algunos centros, añade, ya se han implantado más turnos de recreo y se han habilitado zonas diferenciadas para diversificar las actividades durante el tiempo de descanso.

Salleras subraya que, respetando siempre la autonomía de cada colegio, el fútbol puede seguir presente en las escuelas, pero no como elemento central del patio. «Debe ser una actividad complementaria», concluye.

Desde los colegios católicos concertados destacan que esta





# Las cooperativas escolares apuestan por fomentar diversos deportes en el patio

► En Es Liceu solo se juega a fútbol una vez por semana y se incentivan otras actividades

K. Oñate | PALMA

El presidente de la sectorial de enseñanza de la Unió de Cooperatives de Treball Associat, Kico López, considera que la situación responde a un fenómeno social más amplio, vinculado a los modelos que proyecta el fútbol profesional. «La realidad provoca una serie de conflictos sobre cómo la sociedad entiende el fútbol y qué modelos profesionales destacan. Las declaraciones que hacen, cómo se comportan... es un modelo que ha ido cambiando, pero que choca

al entrar dentro del recreo», afirma. Desde los centros que representa, como el CIDE, Aula Balear o Mata de Jonc, por nombrar algunos, hace tiempo que tratan de reducir el protagonismo que abarcaba el fútbol, ya que el patio históricamente ha estado pensado sobre todo para este deporte, lo que a su juicio limita la posibilidad de diversificar juegos y dificulta el desarrollo de propuestas inclusivas.

Es Liceu, centro que dirigió, recientemente ha participado en una jornada sobre patios inclusivos que está sirviendo para



Entrada principal del centro concertado CIDE. Foto: M. ÁNGEL CAÑELLAS

incorporar ideas procedentes de centros públicos pioneros. También menciona la experiencia del Mata de Jonc, que prevé avanzar en la naturalización del patio con intervenciones arquitectónicas y una reorganización de los espacios para favorecer nuevos usos durante el recreo.

Entre las medidas impulsadas desde estos centros, López destaca la reducción del fútbol sin lle-

gar a eliminarlo. «En Es Liceu solo se juega una vez por semana», explica. Además, defiende disminuir los ratios en el patio siempre que sea posible y aplicar turnos de recreo en aquellos centros donde la organización lo permita, una medida que permitiría «una rebaja importante» del número de alumnos por espacio y que tiene un efecto positivo para reducir conflictos.



**«La clave está en regular: delimitar espacios y tiempos, establecer turnos y normas claras de inclusión»**

**Tòfol Villalonga**  
PSICÓLOGO EDUCATIVO

cional y precisamente debería ser un espacio educativo en el que entrenar la regulación, la convivencia y la gestión del conflicto, no eliminarlos», defiende.

«Creo que la clave no está en prohibir, sino en regular educativamente: delimitar espacios y tiempo, establecer turnos, introducir roles (árbitro, mediador, observador), pausas cuando el conflicto sube y normas claras de inclusión. Esto permite transformar el fútbol en una herramienta educativa para trabajar emociones, convivencia y respeto», recomienda el experto.

Sabela Darder es maestra, pero su especialidad en logopedia la llevó a Secundaria. Trabaja en el IES La Ribera y su trabajo de fin de máster versó sobre cómo «ampliar oportunidades» en el patio. «Mejor regular que prohibir porque somos docentes y que enseñar incluso fuera del aula», sostiene. «Cuando estuve en el instituto de Lluçmajor hacíamos torneos de profesores y alumnos durante los 20 minutos que duraba el recreo», recuerda, y aconseja ensanchar el abanico de deportes que se practican.



manera de entender el patio se alinea con su proyecto educativo, que prioriza la convivencia, la corresponsabilidad y el acompañamiento del alumnado también en los espacios no lectivos. En este sentido, consideran que la prevención de conflictos pasa más por la organización y la propuesta educativa del patio que por la eliminación de determinadas actividades.

Una alumna de un colegio católico escribe en la pizarra.

# Descubrir que eres autista a los 40, un trastorno invisible entre las niñas

► Solo uno de cada cuatro diagnósticos son a mujeres y la mayoría llegan en la edad adulta

Elena Ballester PALMA

En los últimos 40 años la prevalencia de los trastornos del espectro del autismo (TEA) se ha incrementado significativamente en todo el mundo, situándose hoy en 1 caso por cada 100 nacimientos en Europa. Extrapolando la cifra a la población española hablaríamos de 450.000 afectados en el país, algo más de 11.000 en Balears.

La realidad evidencia que los números son probablemente muy superiores. Cuatro de cada cinco diagnósticos son de varones y solo uno de mujeres. «Hemos olvidado durante años al 50 % de la población», reflexiona el doctor Pablo Tobajas, psiquiatra especializado en trastornos del espectro autista.

¿Cómo es posible que tantas niñas hayan pasado desapercibidas? La mujeres van llegando en un goteo cada vez mayor a las consultas de salud mental de Balears con síntomas de depresión, ansiedad, trastornos de conducta alimentaria, trastornos límites de personalidad o TOC,



Maria del Prado fue diagnosticada de autismo con 42 años tras saber que sus hijos eran autistas. Foto: P. PELLICER

sin saber que han sido diagnosticadas equivocadamente de estas dolencias o sin saber que sus dolencias tienen comorbilidad con un TEA de base. ¿Imaginan recibir el diagnóstico con 40 años cumplidos? Es algo mucho más habitual de lo que pensamos.

Repasamos con el psiquiatra

experto en TEA cuáles son los signos de alarma, por qué la enfermedad se enmascara en las mujeres y qué consecuencias tiene para la salud de los pacientes un diagnóstico tardío.

«Tradicionalmente se ha dado un sesgo diagnóstico porque todos los estudios del autismo se

basaban en el varón, eso es así porque normalmente la enfermedad mental grave golpea más y más duro a los varones. Es algo que pasa con el autismo, pero también lo observamos por ejemplo con la esquizofrenia. Como el autismo es más frecuente y más duro en varones los síntomas

descritos eran un reflejo de esta población. Ahora sabemos mucho más, diagnosticamos mejor a las mujeres y las diferencias entre sexos se están acortando», detalla Tobajas.

«La mujer tiene un desarrollo mayor del lenguaje y de la comunicación y mayores estrategias de camuflaje. Ahora sabemos que las niñas autistas observan, imitan y aprenden. Se comportan de la 'forma esperada' por la sociedad, pero lo hacen a costa de su salud emocional», explica el experto.

¿Cómo se asume un diagnóstico tardío? ¿Es más difícil aceptarlo y tratarlo? «A pesar de lo que pueda parecer ese diagnóstico tardío suele ser un alivio para las mujeres. Descifran el enigma en el que han estado sumidas toda su vida y explica sus handicaps».

Así es cómo se sintió Maria del Prado, paciente diagnosticada con 42 años después de que sus hijos fueran diagnosticados también de autismo. Lo que durante años pasó por un Trastorno Obsesivo Compulsivo (TOC) resultó ser algo más. Una prueba genética confirmó el resultado. «Al principio me sentí culpable de haber tenido dos hijos autistas. De haber sabido que tenía el gen habría podido decidir. Quiero a mis hijos, pero no puedo evitar preguntarme qué pasará con ellos cuando nosotros no estemos», reflexiona.

EUROPA PRESS  
Palma

## Violencia machista

# IbDona prorroga dos años más el servicio de atención 24 horas a las víctimas

El Consell de Govern autoriza destinar 1,9 millones de euros hasta 2028

El Consell de Govern ha autorizado a la directora del Instituto Balear de la Mujer (IbDona) para que pueda destinar un importe máximo de 1,9 millones de euros a la prórroga de la contratación del servicio de atención especializada 24 horas a las víctimas de violencia machista para los años 2026, 2027 y 2028.

El organismo suscribió en marzo de 2024 el contrato del servicio

de atención especializada 24 horas a las víctimas de violencia machista para 2024-2026, pero el contrato contemplaba una prórroga de hasta dos años, que se ha considerado necesario para no dejar desatendido el servicio, según informó ayer en rueda de prensa el portavoz del Ejecutivo autonómico, Antoni Costa.

El Servicio 24 Horas ofrece atención telefónica y acompañamiento presencial a las víctimas de violencias machistas que sufren violencia física, psicológica, eco-

nómica, sexual (abusos, agresiones y tráfico), simbólica, feminicidio y mutilación genital femenina. Se presta durante las 24 horas del día, los 365 días del año, en toda la Comunidad Autónoma. Durante los años 2024 y 2025, el Servicio ha atendido 9.299 llamadas y ha realizado 1.247 acompañamientos presenciales.

Ha implementado varios recursos para mejorar la accesibilidad como, por ejemplo, la gratuidad del teléfono de contacto (el 900 178 989). ■

## Jornadas de formación para tratar trastornos de personalidad

E.P. | PALMA

Un total de 25 profesionales del área de salud mental del IB Salut han acudido a las formaciones orientadas a tratar a las personas con trastornos de la personalidad.

La Dirección General de Salud Mental ha promovido este curso con el objetivo de «mejorar la atención clínica» con una formación específi-

ca en un tratamiento basado en la mentalización de los profesionales, principalmente de psiquiatría y psicología. La Conselleria de Salud ha explicado que las jornadas se componen de doce horas formativas y pretenden dar a conocer las bases y los fundamentos teóricos de este tipo de terapia, así como su práctica en la atención clínica. La directora general de Salud Mental, Carme

Bosch, ha acudido a la primera sesión de este curso que responde a una reivindicación de las asociaciones de pacientes que promueven, difunden y ponen en valor la terapia basada en la mentalización como parte esencial de la atención a los trastornos de la personalidad.

La formación está impartida por el psicólogo clínico del Centro de Salud Mental de Majadahonda (Madrid) Juan Javier Mangué. El especialista es responsable del grupo terapéutico basado en mentalización y metacognición para trastornos de la personalidad.

## La conflictividad escolar se frena por primera vez desde la pandemia

► Bajaron los casos de **hurto**s y otros delitos, mientras que el absentismo mantiene sus niveles previos

B.P. | PALMA

El programa de Policía Tutor constató el curso pasado un freno en los casos de acoso y conflictividad escolar por primera vez desde la pandemia. Durante años la tendencia ha sido de crecimientos significativos entre cursos, pero en 2024-2025 el número de incidencias se contuvo, aunque no bajó.

Los responsables del programa relacionaron este comportamiento con la prevención y concienciación, pero también con las cada vez mayores restricciones a los teléfonos móviles y el trabajo desarrollado por los psicólogos educativos.

El curso pasado hubo menos hurtos (-49 %), una evolución que en parte se asocia a la salida de los móviles de las aulas y la



Charla informativa en un colegio. Foto: CAIB

tendencia de los jóvenes a no utilizar dinero en efectivo. Bajan también otros presuntos delitos (-19 %), concepto en el que se incluyen casos graves de *bullying*, así como intervenciones por daños a instalaciones y vehículos (-4 %).

Se redujeron igualmente los conflictos entre alumnos (-8 %), y las actuaciones con alumnos expulsados (-35 %) o identifica-

ciones de sospechosos en el entorno escolar (-64 %). Los enfrentamientos graves con el profesorado se mantuvieron (130 casos).

El absentismo tampoco muestra grandes variaciones (crece en 13 casos, hasta los 385) ni tampoco los casos relacionados con las nuevas tecnologías, internet y redes sociales, un ámbito en el que preocupa

especialmente la irrupción de la inteligencia artificial; el programa prepara nuevos materiales para trabajar esta materia. El coordinador del programa, Rafel Covas, expresó su preocupación por la falta de control y el inicio de uso de estos dispositivos (se han detectado desde cuarto de Primaria), en edades donde los menores «todavía son muy manipulables».

Vapear no solo está de moda, sino que se ha consolidado y se está convirtiendo en un hábito hasta en menores de 10 años en Balears, por lo que la situación «se ha desbordado». El aumento del consumo de vapeadores entre los escolares del archipiélago está llegando hasta tal punto de que se está detectando que trafican con ellos. Los compran por internet y se los revenden entre ellos.

Urge una normativa «más estricta» contra el vapeo con un abordaje a nivel estatal, advirtió ayer el coordinador del Programa Policía Tutor, Rafel Covas. Así lo constatan los datos de la Memoria del Programa Policía Tutor de Balears correspondientes al curso 2024-2025.

Covas, junto con el director general de Emergencias e Interior del Govern, Pablo Gárriz, presentaron ayer la memoria en la sede de la Conselleria de Presidencia, Coordinación de la Acción de Gobierno y Cooperación Local, en Palma. El curso pasado se llevaron a cabo 5.786 actuaciones, un 5% menos que en el anterior: 2.482 en el ámbito escolar, 3.029 con menores fuera del ámbito escolar y 275 actuaciones en relación con las nuevas tecnologías.

«El problema ahora no lo tenemos con el tabaco», dijo Covas, sino con los vapeadores. Los alumnos

### La variedad de vapeadores y sabores hace que estos sean percibidos «como un juego»

se van a los baños de los centros o las plazas públicas porque «no tienen problema» en hacerlo fuera y «que se les vea». Su acceso a tarjetas bancarias les facilita la compra por internet y «se los venden entre ellos». Los policías tutores han detectado el tráfico en torno a estos artilugios.

La variedad de cigarrillos electrónicos y de sabores hace que lo perciban «como un juego». Su uso se ha «desbordado» incluso en menores de 10 años, lo que es «una barbaridad» por lo manipulables que son a esa edad, mientras tienen «la sensación de que no es algo nocivo».

Ante esta situación, Covas y Gárriz alertaron de la necesidad de que haya una normativa «más estricta» contra el vapeo y un abordaje a nivel nacional ante su falta de regularización, mientras los menores «casi lo consumen como si fuera una chuchería».

El Govern, recordaba el director general, está desplegando campañas para actuar contra el vapeo (y las bebidas energéticas) desde la concienciación y para que los pa-

## Memoria del Programa Policía Tutor

El informe alerta que los compran por internet pagando con tarjeta y se los revenden entre ellos • El acoso y los conflictos escolares empiezan a frenarse por la prohibición de los móviles y la presencia de psicólogos en los centros educativos

# Se dispara el uso y tráfico de 'vapers' en menores de 10 años

MYRIAM B. MONEO  
Palma



Carlos Arjones



Jóvenes con vapeadores.

dres también «tomen conciencia». Las charlas específicas han empezado en Eivissa y se van a trasladar a los centros educativos de Mallorca. También el próximo curso se incluirán charlas preventivas sobre la inteligencia artificial.

El consumo y la tenencia de drogas dentro de los centros educativos se reducen un 24%, pero aumenta el consumo de vapeadores y de tabaco en los recintos escolares, al pasar de 48 a 92 los casos en un año.

También sube el consumo o la tenencia de drogas fuera de los centros, con 106 casos, 27 más que el curso anterior. Y es que el consumo de porros «está a muy normalizado» entre los alumnos de Balears, reconoció Covas.

### Menos acoso y conflictos

El acoso escolar «se ha frenado» por primera vez en el archipiélago. Aunque sigue siendo elevado, desde el Govern se aprecia un cambio de tendencia porque durante tres años ha estado creciendo. Así se de-

dujo a la vista de la Memoria del Programa Policía Tutor de Balears correspondiente al curso 2024-2025. Y detrás de esta novedad hay «dos medidas potentes»: la prohibición de los móviles en los centros educativos y también la presencia de psicólogos.

También los conflictos entre alumnos y profesores se estabilizan, según explicó ayer el director general de Emergencias e Interior del Govern, Pablo Gárriz, y el coor-

### Aumenta el consumo o tenencia de drogas fuera de los centros, 106 casos en el curso 2024-2025

dinador del Programa Policía Tutor, Rafel Covas, que presentaron las cifras que dejan las 5.786 actuaciones, un 5% menos que en el curso anterior, que desplegaron en el último año académico el centenar de policías que trabajan en este programa que se estrenó en el curso 2008-2009. También externaron su preocupación porque la moda de vapear «se ha desbordado entre los alumnos de las islas a partir de los 10 años e incluso trafican con ellos revendiéndoselos entre ellos». Además, alertaron de que el consumo de porros está «muy normalizado».

En cuanto a por qué se vislumbra el inicio de una tendencia de descenso del acoso y los conflictos entre alumnos y profesores, Gárriz señaló dos «medidas potentes», la prohibición del uso de móviles y la presencia de psicólogos en los centros. Y las cifras referentes al ámbito penal y la seguridad ciudadana son inferiores al curso 2023-2024.

En el curso 2024-2025 se registraron 181 casos de acoso escolar

(184 en el curso 23-24); «aun así la cifra es alta», subrayó el coordinador del Programa Policía Tutor. Y bajaron un 49% los casos de robos o hurtos (59), lo que se relaciona con que hay menos móviles por su limitación en los centros y porque los alumnos ahora llevan menos dinero en efectivo por el uso extendido de tarjetas. Además, se tramitaron un 19% menos de presuntos delitos (428) y hubo un 4% menos de daños a instalaciones y vehículos (65).

Se redujeron los conflictos entre los alumnos (-8%), las actuaciones con alumnos expulsados (-35%) y las identificaciones de sospechosos en el entorno escolar (-64%).

### Enfrentamientos con docentes

Los enfrentamientos graves con los profesores se mantienen igual: 130 en el curso 2024-2025 frente a 131 en el curso anterior. «Ya no son tan graves los conflictos», explicó Covas, porque la retirada de los móviles era un gran problema en el día a día de los centros educativos.

El absentismo escolar, que fue uno de los motivos por el que se puso en marcha este programa, recordaba el coordinador de los policías tutores, sigue creciendo, con un 3,5% más que el curso anterior, pasa de 372 a 385 casos.

En cuanto a los conflictos en el

### El absentismo escolar sigue creciendo, con un 3,5% más que el curso anterior

mundo virtual, se registraron 275 actuaciones (una menos) relacionadas con las nuevas tecnologías, internet y redes sociales. Estos conflictos se concentran sobre todo entre 4º de Primaria y 1º de ESO.

Covas no dudó al dar su parecer sobre la prohibición del acceso a las redes sociales a los menores de 16 años que pretende el Gobierno de Pedro Sánchez. El policía se declaró «totalmente de acuerdo» porque son «potencialmente víctimas de violencia sexual» entre otros peligros que les acechan desde el mundo virtual.

El curso pasado, 102 policías tutores impartieron más de 2.000 talleres preventivos en los que han participado unos 52.000 alumnos, casi un tercio de la población escolarizada, y 544 padres y madres. Las temáticas se centran en el acoso entre iguales, el uso de las nuevas tecnologías, las drogas y las fiestas seguras, el nuevo programa implantado el año pasado.

Este programa ha tenido buena nota en su valoración desde los centros educativos, al obtener un 4,5 sobre 5. ■

Entrevista **Pablo Tobajas** • Psiquiatra

# «El vapeo está mermando los cerebros en pleno desarrollo de niños y adolescentes»

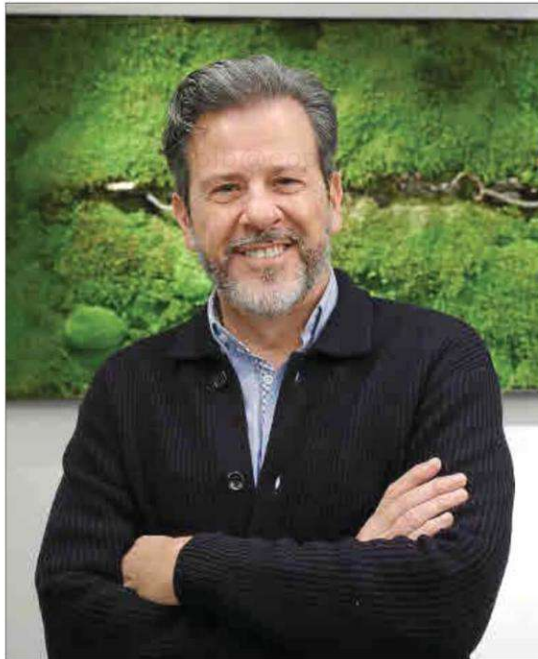
**El consumo de vapers se ha disparado entre los escolares en Baleares. El psiquiatra Pablo Tobajas advierte sobre los riesgos**

ELENA BALLESTERO

**E**n el último año el consumo de tabaco y vapers dentro de los colegios e institutos ha crecido exponencialmente con 92 intervenciones de los policías tutores en el curso 2024-2025 frente a las 48 registradas en el curso anterior.

**¿El vapeo en niños aumenta el riesgo de adicción a otras sustancias tóxicas ilegales?**

—El problema es que muchas personas creen que el vapeo tiene menos efectos perjudiciales que el hecho de fumar tabaco, pero estamos viendo, sobre todo en población infantil y adolescente que esa creencia es un error. Los vapers llevan nicotina que crea un proceso de adicción. También llevan compuestos orgánicos volátiles y saborizantes y otras sustancias que con el calentamiento del líquido pueden ser causantes de cánceres futuros. No son tan inocuos como puede parecer y en cambio la población percibe incluso que son de ayuda para dejar de fumar. Es un dispositivo con un



Pablo Tobajas, psiquiatra. Foto: ALEJANDRO SEPULVEDA

diseño chulo, atractivo y de fácil acceso y eso es una trampa...

**¿Engancha a los menores?**

—La nicotina crea dependencia y presenta riesgos sobreañadidos más allá de la adicción y lo hace en población en pleno desarrollo a nivel cerebral. Cuestiones como la capacidad de aprendiza-

je, el estado de ánimo y los impulsos se ven afectados por los componentes químicos y la nicotina.

**¿Un niño que vapea corre el peligro de ir un paso más allá?**

—El hecho de fumar o vapear te aproxima más a consumir otras sustancias, básicamente el alco-

hol y sabemos que abusar del alcohol potencia más el consumo de cigarrillos y otras sustancias tóxicas. Es la pescadilla que se muerde la cola. Aparte de vapear por moda, cuando les preguntas a los niños por qué lo hacen suelen decir que es porque están estresados, ansiosos o deprimidos. Utilizan el vapeo como vía de escape del estrés sin ver que caen en un ciclo de dependencia a la nicotina que a la vez genera más estrés. Crea un perjuicio sobre el desarrollo de estos cerebros que puede generar problemas de aprendizaje, del estado de ánimo, alteraciones en el control del impulso, ansiedad, depresión y ser la puerta de entrada al consumo de alcohol y de otras sustancias.

**Lo que usted describe es lo contrario a la relajación...**

—Es caer en una dependencia en la que crees que vapear va a mejorar tu malestar emocional y buscas la sensación de estar con tus amigos y una vía de escape, pero entras en un ciclo de dependencia que genera malestar psicológico y provoca abstinencia. Sabemos que la nicotina lo hace, pero si además acabas mezclando con marihuana y alcohol... Este último actúa como gatillo del consumo de otras sustancias. Como nada me sacia busco cocaína y a veces quetamina o metanfetaminas. Un artificio que aparentemente es inocuo puede abrir una puerta trampa al consumo de otras sustancias.

**Advierte de las consecuencias que puede tener el vapeo en el cerebro de los niños. ¿Es una cuestión de química?**

—Lo que más me preocupa son esos cerebros en pleno desarrollo mermando por este consumo. Es química pura. El vaper es una batería que calienta un líquido que suele llevar la sustancia adictiva nicotina que habitualmente está en los cigarrillos convencionales. Para la combustión en algunos casos tiene los llama-

dos COPs que son compuestos orgánicos volátiles que generan daños a nivel hepático, renal y en el sistema nervioso y neurológico. Los diacetilo derivados que se emplean como saborizantes se relacionan también con problemas de tipo bronquial. El formaldehído puede ser canceroso.

**¿Qué podemos hacer para frenar este nuevo hábito?**

—Hay que animar a los chavales a que hagan ejercicio físico, a que pasen tiempo con los amiguetes y descansen de redes sociales que también les estresan. Hay que conocer, aprender y enseñar técnicas de relajación y si realmente esos chavales están tan estresados y ansiosos y no son capaces de dejarlo hay que acudir a un profesional de la salud mental para dejar esta adicción.



«Los vapers generan dependencia y pueden abrir la puerta al consumo de otras sustancias tóxicas»

**Se están reportando casos de niños con diez años...**

—Precisamente por esa visión equivocada de que es inocuo, de que no pasa nada, de que al final es como vapor de agua. Se están haciendo estudios y revisiones sobre el uso de los cigarrillos electrónicos en adolescentes y lo que muestran es una fuerte asociación con el inicio del tabaquismo y no al revés, también con el inicio en el alcohol, en la marihuana... Se detectan problemas psicológicos asociados a la ansiedad y a la depresión que se pueden traducir en comportamientos de riesgo en la población joven que es ansiosa y controla menos sus conductas. Eso les puede llevar a problemas mayores.

## La UE activa un plan contra el ciberacoso para proteger a los jóvenes

CARLES PLANAS BOU  
Barcelona

---

Uno de cada seis niños de entre 11 y 15 años afirma haber sido víctima de ciberacoso. Consciente de esa lacra, la Comisión Europea presentó ayer un nuevo «plan de acción» contra el *bullying* para proteger la salud de los jóvenes en internet.

Esta medida incluye la creación de una aplicación «fácil de usar y accesible» que las víctimas de acoso digital podrán utilizar para denunciar sus casos, recopilar pruebas y acudir a una línea de ayuda nacional. En línea con el proceso de armonización comunitaria, se pide la colaboración y coordinación entre los estados miembros.

El anuncio de Bruselas, que coincidió con el Día de la Seguridad en Internet, no es una nueva ley, sino una declaración de intenciones para revisar y aplicar de forma «efectiva» las regulaciones existentes que ya ponen coto al abuso en línea.

«Los niños y los jóvenes tienen derecho a estar seguros cuando están en línea. El ciberacoso socava este derecho, haciéndoles sentir heridos, solos y humillados. Ningún niño debería sentirse así», indicó Henna Virkkunen, vicepresidenta ejecutiva de Soberanía Tecnológica, Seguridad y Democracia, en un comunicado. ■



Gabriel Rojo y el gerente del Hospital de Inca, Xisco Ferrer, junto a profesionales del centro.

#### REDACCIÓN

El Hospital Comarcal de Inca pone de nuevo en marcha el programa «**Muévete con la salud mental**», dirigido a los usuarios de la Unidad de Salud Mental del Sector Sanitario de Tramuntana, en concreto a pacientes con trastorno límite de la personalidad (TLP).

En el acto de renovación del convenio han estado presentes el responsable de Acción Social de CaixaBank en Baleares, **Diego Riera**, la directora del Área de Negocio del Raiguer, **Marian Serrano**, el director de la Oficina de S'Arenal, **Gabriel Bujosa**, el subdirector de Humanización, Atención al Usuario y Formación del Servicio de Salud, **Gabriel Rojo**, el director deportivo de Yes With Cancer, **Manuel Martínez**, el director gerente del Hospital de

## CaixaBank y Yes With Cancer renuevan el programa «**Muévete con la salud mental**», del Hospital de Inca

Alrededor de setenta usuarios de la Unidad de Salud Mental participan en el programa

Inca, **Xisco Ferrer**, el director médico, **José Luis Guerrero**, la psicóloga del Hospital de Inca, **Agnès Oliver** y la terapeuta ocupacional, **Aimara Seijas**.

El TLP es un trastorno mental complejo caracterizado por una profunda inestabilidad emocional, conductas impulsivas, miedo al abandono y desregulación afectiva. La evidencia científica ha demostrado que el ejercicio físico resulta muy eficaz como terapia complementaria para los adultos

con este tipo de trastorno, porque aumenta el afecto positivo, reduce la sintomatología depresiva y ansiosa, regula las emociones, reduce el riesgo de sufrir enfermedades cardiovasculares y fomenta hábitos de vida saludables.

#### Programa

El programa «**Muévete con la salud mental**» se inició en 2022 y continuará este año gracias a la colaboración de la

Fundación "la Caixa" y CaixaBank y la asociación Yes With Cancer. En el año 2023 se incorporaron pacientes con trastorno límite de personalidad (TLP). Desde entonces han pasado por el gimnasio del Hospital Comarcal de Inca alrededor de setenta usuarios con este tipo de patología.

El programa fue diseñado por los entrenadores **Ricardo Marco** y **Sergio Lara**, licenciados en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte. Los ejerci-

cios físicos que concibieron están adaptados a las capacidades del grupo, centrados en el trabajo cardiovascular, de fuerza y resistencia, de coordinación y conciencia corporal, y combinados con estrategias de regulación emocional y motivación.

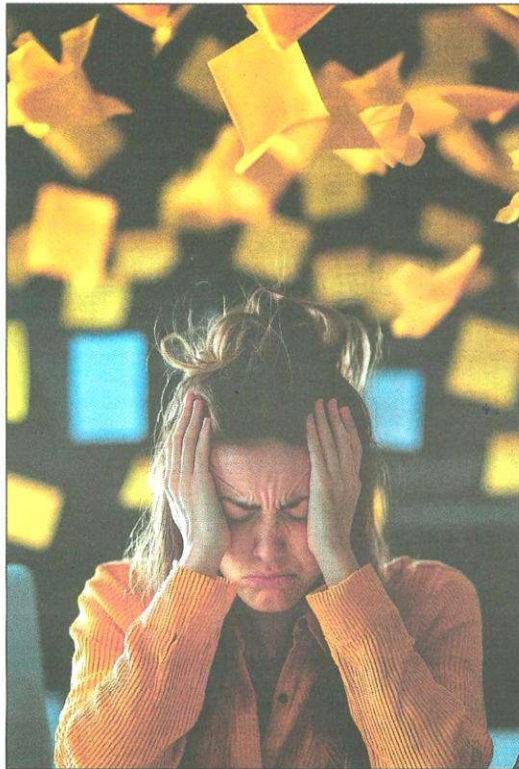
Para este año, la novedad es que los entrenadores han creado una aplicación con la que analizarán datos y controlarán las cargas de entrenamiento de cada paciente.

# La cadena del estrés: del pensamiento a la enfermedad

**E**l estrés no aparece de golpe ni es un fenómeno misterioso. Es un proceso progresivo, predecible y, en gran medida, evitable. Para comprender por qué hoy el estrés se ha convertido en uno de los principales determinantes de enfermedad, es necesario analizarlo como una cadena: comienza en la percepción, continúa en la conducta, se expresa en síntomas y, si no se corrige, termina consolidándose como una enfermedad por desadaptación.

## La percepción: el origen silencioso

Todo estrés comienza con una percepción. No con un hecho objetivo, sino con la forma en que el cerebro interpreta una situación. Una demanda laboral, un conflicto familiar o una incertidumbre económica no son estresantes en sí mismos; se vuelven estresantes cuando el individuo los percibe como una amenaza que supera sus recursos.



Cuando esta percepción se mantiene en el tiempo, el sistema nervioso entra en un estado de alerta persistente. El problema no es la activación puntual, necesaria para la supervivencia, sino su cronificación. El organismo empieza a vivir como si el peligro nunca terminara.

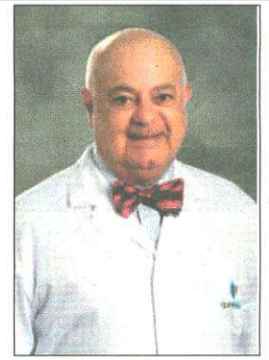
## La conducta: la adaptación que desadapta

La percepción sostenida de amenaza modifica la conducta. Se duerme peor, se come de forma desordenada, se reduce la actividad física y se normaliza la falta de pausas. Aparecen conductas compensatorias como el exceso de café, pantallas, trabajo o control permanente.

Estas conductas buscan aliviar el malestar, pero a medio plazo refuerzan el estrés. El organismo sigue recibiendo la señal de que no hay seguridad.

## Los síntomas: el cuerpo habla

Cuando la activación se mantiene, el cuerpo comienza a expresarlo. Insomnio, fatiga



**DR. ESTEBAN KEKLIKIAN**  
Especialista en  
Psiconeuroinmunoendocrinología  
y medicina del estrés

persistente, cefaleas, contracturas musculares, palpitaciones, alteraciones digestivas o ansiedad son señales de un sistema sobrecargado.

Tratar solo el síntoma sin atender la causa perpetúa el problema.

La enfermedad por desadaptación. Si la cadena del estrés no se interrumpe, los síntomas se consolidan como enfermedad. Hipertensión, trastornos metabólicos, inflamatorios, autoinmunes o depresivos son la consecuencia de una adaptación fallida y prolongada. Comprender el estrés como proceso permite intervenir antes de que el cuerpo enferme. El estrés no es el enemigo. Ignorar su mensaje, sí.

## Política de igualdad

# Refuerzan el Servicio de Atención Integral a la Violencia Machista

Cort incrementa en 489.000 euros y también da luz verde al inicio del contrato de Palma Educa

REDACCIÓN  
Palma

La Junta de Govern aprobó ayer el expediente de contratación del Servicio de Atención Integral a la Violencia Machista (SAIVM), un recurso esencial que ofrece atención integral y coordinada a mujeres víctimas de violencia de género, a sus hijos e hijas, así como a hombres que desean iniciar procesos para dejar de ejercer violencia.

Tal y como explicó la segunda

teniente de alcalde y regidora de Serveis Socials e Igualtat, Lourdes Roca, el nuevo contrato supone un incremento de 489.000 euros en el presupuesto anual, que pasará de 807.984 euros a 1.297.938 euros en 2026, lo que representa un incremento del 60%. En conjunto, el presupuesto máximo aprobado es de 2.479.842,78 euros para un periodo de dos años, con posibilidad de prórroga por dos años más.

Roca destacó que «este incremento presupuestario se traducirá en más recursos, mayor estabilidad

para los equipos profesionales y una mejor atención para las mujeres y familias que necesitan apoyo».

### 'Palma Educa'

Por otro lado, la Junta de Govern ha aprobado el inicio del contrato de monitorización de diversas actividades para el periodo 2026-2028 del programa *Palma Educa*, en funcionamiento desde 2008 y aprobado por el Consejo Escolar Municipal en 2016, y que ofrece más de 350 actividades educativas a los centros escolares de la ciudad. El programa promueve el conocimiento de Palma, de su cultura y patrimonio, así como valores como la convivencia, el respeto y la responsabilidad.

Entre las actividades previstas se encuentran las visitas guiadas al Ayuntamiento de Palma, la dinamización del *Recull de Literatura Jove* y las iniciativas vinculadas a la Carta de las Ciudades Educadoras.

Las líneas prioritarias de intervención incluyen la educación emocional, la convivencia y la resolución de conflictos, el uso responsable de las tecnologías y las redes sociales, así como la salud y el bienestar. ■

## Violencia machista

# El Hospital de Manacor activa su 'Código Violeta'

El protocolo está diseñado para ofrecer una respuesta rápida, segura y coordinada

EUROPA PRESS  
Manacor

El Hospital de Manacor ha puesto en marcha el Código Violeta, un protocolo asistencial diseñado para ofrecer una respuesta rápida, segura y coordinada a víctimas de violencia machista, violencia sexual o violencia por razón de género. El Comité de Salud y Género del centro hospitalario ha desarrollado este protocolo siguiendo como líneas estratégicas la sensibilización y formación en materia de igualdad y violencia contra las mujeres del personal sanitario, la creación de redes de colaboración con entidades espe-

cializadas y la respuesta integral y humanizada a las víctimas. El objetivo final, subrayó ayer la Conselleria de Salud en un comunicado, es atender a mujeres que sean víctimas de violencia machista y sexual y a personas del colectivo LGTBIQ+ que sufran agresiones relacionadas con el género, la orientación sexual o la identidad de género.

El Código Violeta se activará cuando una víctima acude al Hospital de Manacor y refiera -o el personal sanitario detecte- que ha sufrido algún tipo de violencia. En ese momento, se habilitará un «box amable» que garantice su intimidad y acompañamiento. La víctima podrá estar acompañada



Equipo de profesionales encargadas del Código Violeta.

por la persona que elija o pedir apoyo al IBDona.

Además, se designará un profesional de referencia que coordinará todos los servicios, evitando que la víctima tenga que repetir el relato, asegurando la continuidad asistencial e intentando hacer la valoración en un único acto. Este protocolo se basa en la *Guía intersectorial de atención inmediata a víctimas de violencia sexual en Baleares* y en el marco normativo de

la OMS, la Convención sobre la eliminación de todas las formas de discriminación contra la mujer o el Convenio de Estambul. También está alineado con las leyes estatales de violencia de género, de libertad sexual y LGTBI.

A lo largo del año pasado, el Hospital de Manacor atendió a 53 personas por medio de este protocolo, 26 casos de violencia sexual, 25 de violencia de género y dos de violencia doméstica. Estas

cifras, para la Conselleria, reflejan la magnitud del problema y la necesidad de seguir trabajando en la prevención, la detección precoz y la atención integral desde un enfoque interdisciplinario.

Para poner en marcha el protocolo, desde 2023 se ha trabajado en la formación y la sensibilización de los profesionales impartiendo cursos sobre perspectiva de género, a los que han asistido 33 profesionales. ■

## ABDULLAH BOULAD

**Fundador y CEO de The Balance, la clínica que trató a Kanye West**

Abdullah Boulad (Zúrich, 1979) es un suizolibanés que reside con su esposa e hijos en Mallorca, donde ha creado The Balance Rehab Clinic, con sucursales en Marbella o en su ciudad natal. Desde sus oficinas en

el Passeig Marítim palmense, su empresa es hoy uno de los centros de tratamiento más famosos del planeta a raíz de las estancias de Kanye West y de su esposa, Bianca Censori. El fundador y CEO asume pero no confirma la atención al rapero por razones de confidencialidad.

# «Estresado, sufrí un infarto y vi la falta de coordinación, así creé The Balance»

MATÍAS VALLÉS  
Palma



— Es usted el desconocido más famoso de Mallorca, ¿cómo se presenta Abdullah Boulad?

— Soy ante todo un padre de familia y esposo. Vivo en la isla y dirijo una clínica aquí en Mallorca, con ramificaciones en Zúrich, Londres o Marbella.

— ¿Tratan ustedes adicciones?

— La salud mental y las adicciones, que siempre se producen con factores mentales subyacentes. Queremos detectar los síntomas, que en sí mismos pueden conllevar una adicción.

— ¿La estancia de Kanye West y su esposa en 2025 ha supuesto un boom para The Balance?

— Todos los años son especiales para nosotros. Los últimos ejercicios suponen un éxito porque hemos ido creciendo en clientes, en tratamientos y en el equipo.

— Kanye West y su esposa Bianca Censori han detallado en público el tratamiento a que se sometieron en su clínica.

— ¿Sabes? Respetamos la discreción de nuestros clientes. Si ellos deciden hablar de sus problemas por sí mismos es una cosa, pero como institución no podemos hacerlo.

— Libano, su país de origen, fue llamada la Suiza del Mediterráneo, reúne usted los dos países más negociantes del planeta.

— Tengo doble pasaporte. A los siete años viajé de Beirut a Zúrich, donde he pasado toda mi vida. Mi mujer también es suiza, y combino culturalmente ambos países. De una parte el trabajo eficiente, riguroso y estructurado, unido a la compasión y empatía del lado libanés. Lo mismo sucede con la vertiente empresarial. The Balance ha sido muy innovador y exigente en términos de calidad y hospitalidad, y por otra parte destaca en dar la bienvenida a los clientes y en crear un ambiente cálido.



B. Ramon

Abdullah Boulad, en la terraza de la sede de The Balance en el Passeig Marítim de Palma, «he conocido los dos extremos de la vida».

— ¿Por qué crea usted The Balance?

— En primer lugar, porque eché algo a faltar cuando atravesé una dura experiencia personal. En Suiza vivía estresado, era un empresario y todo se me vino encima a la vez. Mi esposa sufrió un accidente, mi hijo fue ingresado en la UCI. Después de un largo periodo en que debí combatir para mantener a flote mis empresas, sufrí un infarto. Me había quemado y, para conocer las raíces de lo que me había pasado, me puse en contacto con médicos. Entre análisis y chequeos, me di cuenta de que cada especialista me enviaba a otro profesional, a quien yo tenía que repetir mis experiencias. Así que me planteé, ¿es esto lo mejor que podemos conseguir? Y recuerde que estábamos en Zúrich, con la sanidad de

mayor calidad del mundo. Vi la falta de coordinación y de integración de lo mental con lo físico, la ausencia de una voz unificada. Por eso creé The Balance.

— ¿Y por qué la llamó así?

— Antes que nada, nació a mediados de octubre, soy Libra. Y además, he sufrido altibajos, he conocido los dos extremos de la vida, lo cual me ayuda a entender la situación mental que atraviesan nuestros clientes.

— Y por ello, usted está en condiciones de conectar con personajes difíciles como Kanye West.

— Los comprendo, he convivido con ejecutivos y hombres de negocios de todo el mundo. Sufren carencias personales, pero la gente piensa que porque tienen dinero o fama,

no les afectan los problemas. Hay una falta de empatía hacia los individuos que afrontan estas situaciones, eso es lo triste.

— Según la describe Bianca Censori, la esposa de Kanye West, en *Vanity Fair*, su clínica es un centro de desintoxicación.

— No, somos un centro de tratamiento y examinamos cada caso individualmente. Si alguien quiere desintoxicarse contamos con hospitales. Nosotros orquestamos lo que se necesita.

— ¿Tratan dependencias, que en el caso de la esposa de Kanye West eran benzodiazepinas según ella misma ha confesado?

— Trabajamos el entorno de las dependencias. Y en un ejemplo como el

que citas, los doctores en el hospital llevan a cabo el tratamiento.

— ¿Y en el caso de adicciones al juego o al sexo?

— Lo abordamos persona a persona, yo no me pronuncio sobre los casos clínicos que aceptamos. Eso lo decide la directora médica en colaboración con su equipo, porque puede haber situaciones que no sean apropiadas para nosotros.

— La esposa de Kanye West decía por ejemplo que «me di cuenta de que hacía más daño a los demás que a mí misma», ¿entra en el espectro del que habla?

— Sí, entra en el aspecto del comportamiento. A menudo hay personas que reproducen frente a otras personas unos modelos que no sa-

ben de dónde proceden, y de ahí surge la convicción de que están haciendo algo mal y de que necesitan trabajar sobre sí mismos.

— **Sabemos que Kanye West se alojó en su chalet de Camp de Mar, porque concedió una entrevista desde allí.**

— El chalet de Camp de Mar no era nuestro. Tenemos las oficinas en Palma, nuestro centro médico es la clínica Palmapianas. Cuando los clientes vienen a Mallorca, pueden alquilar una casa, ingresar en la clínica o recibir el tratamiento a domicilio. La vivienda es el entorno residencial, no el lugar donde trabajamos.

— **Trata a las personas más ricas y poderosas del mundo, ¿son especiales?**

— Los trato como a personas normales, porque sus necesidades también lo son.

— **No sé si la calma, la reflexión y los masajes bastan para curar una adicción.**

— En primer lugar, yo no hablaría de 'curar' adicciones, es un término inaceptable éticamente. Nuestro tratamiento o terapia consiste en ayudar a alguien a que se ayude a sí mismo. Le muestras diferentes opciones de lo que su vida puede ser, y de la forma de mejorar y recuperarse, pero no hablemos de curación.

— **¿Es fácil que personas seguras de sí mismas y poco acostumbradas a seguir consejos se avengan a esa disciplina?**

— De nuevo, no es una cuestión inmediata o unidireccional. Algunos tienen problemas que deben afrontar, o han de regresar a nosotros una segunda vez. Es una apuesta.

— **Llegamos así a los precios. Se habla de 150 mil euros a la semana por un tratamiento en The Balance, 500 mil al mes.**

— No comentamos estos asuntos. Una cosa es lo que han publicado los medios y otra cosa es la realidad.

— **Pero es caro.**

— Mira, en nuestro centro trabajamos con muy pocos clientes. No ofrecemos un servicio masivo y, cuando tomas en consideración el número de especialistas que intervienen, el proceso es muy caro.

— **¿Cuántas personas tratan a un solo cliente, no sé si les llaman pacientes?**

— Son clientes. Podrían llegar a veinte o treinta profesionales, aunque es una decisión que toman los servicios clínicos.

— **¿Ese dispendio se traduce como mínimo en clientes satisfechos?**

— Así lo espero, aunque se lo tendrías que preguntar a ellos.



«La gente piensa que nuestros clientes, por ser ricos o famosos, no tienen problemas».

— **Volviendo al cliente que mejor conocemos, la esposa de Kanye West quedó más que satisfecha y así lo ha contado, pero también dijo que el precio era «ridículo», y no se refería a lo barato.**

— ¿Ella dijo eso? Puede ser, pero hay otras clínicas que cargan cantidades muy superiores.

— **¿Se presenta usted personalmente a todos sus clientes?**

— Lo intento, pero no siempre es posible.

— **¿Supone un problema que Kanye West y esposa divulguen su estancia en The Balance?**

— Es difícil de decir. Oficialmente no hemos confirmado que ellos hayan estado con nosotros, y es algo que no puedo hacer. Ahora bien, digamos que el hecho de que alguien hable públicamente de su experiencia es bueno para él, pero para nosotros no significa ninguna diferencia, aparte de que la privacidad es un rasgo esencial y romperla puede afectar a otros clientes potenciales.

— **¿Llega a ser un peligro?**

— Puede ser peligroso, sí. O dicho de otra forma, no es algo que nosotros estemos buscando.

— **Sin embargo, tal vez es interesante cuando Kanye West cena a continuación en la Casa Blanca y le comenta a Donald Trump que se ha recuperado en su clínica. Porque sus clientes son famosos pero, ¿se cuentan muchos españoles entre ellos?**

— Algunos de nuestros clientes son probablemente famosos, y de procedencia internacional, pero entre ellos no hay demasiados españoles.

— **¿Y estos personajes son reticentes a ajustarse al tratamiento?**

— Claro, es fácil de imaginar, a to-

do del mundo le asusta someterse al proceso, porque puede ser doloroso emocionalmente. Para esa transición, tienen que estar preparados ellos mismos, nosotros no forzamos a nadie. Nos limitamos a extender una invitación, pero ellos tienen que recorrer la distancia.

— **¿Han tenido algún cliente mallorquín?**

— No, porque no hacemos un trabajo de marketing en España, y de ahí que vengan de otros países. Lle-



«Puede ser peligroso que alguien [como Kanye West] cuente su experiencia en la clínica, porque nuestros clientes valoran la privacidad»

«Ayudamos a una persona a que se ayude a sí misma»

gan por ejemplo de Estados Unidos o de Oriente Medio. Es importante señalar que no se plantean «quiero ir a Mallorca porque deseo recibir allí un tratamiento», sino que vienen a la isla porque alguien les ha recomendado nuestra clínica y desean recibir ese servicio. Una vez que hemos acordado que podemos ayudarles, entonces se decide el lugar donde se llevará a cabo el proceso.

— **¿Y qué impresión se llevan de la isla?**

— Una vez en la isla, se enamoran. Aprecian la calma, porque en Mallorca no te importunan. Es un lugar acostumbrado a las celebridades, donde pueden disfrutar de su privacidad sin ser molestados. Valoran la discreción que les ofrece un destino vacacional, donde no tienen que explicar su presencia en medio de otros viajeros.

— **¿Por qué eligió Mallorca como base de operaciones?**

— Porque amo Mallorca. He viajado mucho junto a mi esposa, y su familia cuenta con una larga historia en la isla, sus abuelos ya tenían una casa aquí. Hemos estado en lugares como Argentina, pero preferimos el ambiente español.

— **¿Qué papel juega Mallorca en la rehabilitación?**

— Es verdaderamente importante. El mar, el sol, y la relevancia crucial de la facilidad de acceso a la isla desde cualquier ciudad de Europa, de donde procede una buena parte de nuestros clientes. Y aquí hay muy buenos centros sanitarios, con profesionales acreditados y una virtud fundamental. Son seguros. Eso lo perciben los clientes, se dan cuenta de que en un sitio con estas cualidades se les va a atender como es debido.

— **Tienen oficinas en Marbella y Mallorca, pero no en Eivissa.**

— No nos los hemos planteado, porque es un destino muy próximo a Mallorca, una isla que además cuenta con mejores equipos médicos y con un número mayor de profesionales.

— **¿Cómo miden el éxito de The Balance?**

— Lo medimos en que el cliente se sienta estable después del programa, con la voluntad de enfrentarse a su vida, con un cambio en los objetivos a perseguir.

— **¿Los clientes se dirigen a The Balance con un objetivo concreto?**

— Siempre nos interesamos por saber lo que quieren conseguir. Ante un caso como una enfermedad mental, en The Balance nos encontramos en una posición intermedia, nosotros no somos un hospital psiquiátrico. La pregunta que nos planteamos es, '¿podemos ayudar?'. Y si no es así, encaminamos a la persona a otras clínicas o lugares.

— **¿Estamos hablando entonces de un lugar para gente estresada?**

— Es que nunca hay una cosa aislada. Siempre se suman múltiples factores, la dinámica familiar, la vida social, la ansiedad. Se debe atender a todas estas cuestiones a la vez.

— **Por su experiencia, ¿vivimos en una sociedad con una epidemia de malestar?**

— Lejos de mí hablar de toda la sociedad, pero mi experiencia me indica que la ansiedad y la soledad han ido creciendo, hemos aprendido a aislarnos en un círculo vicioso. ■

# La UE tiene leyes que permitirían al Gobierno limitar las redes sociales

Los expertos advierten de que se deberían priorizar las sanciones por utilizar tácticas engañosas para enganchar a los usuarios antes que prohibirlas

CARLES PLANAS BOU  
Barcelona

Cuando el presidente del Gobierno, Pedro Sánchez, anunció su plan legislativo para «garantizar un entorno digital seguro», gran parte de la atención se la llevó su propuesta de prohibir las redes sociales entre los menores de 16 años. Esta drástica medida se suma a la creciente preocupación social por el impacto en la salud mental –tanto de jóvenes como adultos– de espacios quirúrgicamente diseñados para enganchar a los usuarios, maximizar su participación y recopilar más datos personales, la base de su negocio.

Sin embargo, un amplio número de expertos advierten de que el veto puede ser ineficaz y vulnerar derechos fundamentales de los menores. Como alternativa, indican que ya existen leyes que permiten al Ejecutivo español poner coto a un diseño «engañoso» de las plataformas que se traduce en una presunta adicción a las pantallas.

A lo largo de la última década, la Unión Europea ha desplegado una serie de regulaciones que buscan atajar algunas de las derivadas más nocivas del mundo digital. «Europa cuenta con contrapesos que ya establecen sanciones administrativas como multas», explica Alberto Casaseca, abogado especializado en protección de datos, ciberseguridad y derecho digital.

## Normativa pionera

Ninguna cobra más relevancia para combatir los diseños adictivos que perjudican a menores que la Ley de Servicios Digitales (DSA, por sus siglas en inglés). Vigente desde febrero de 2024, esta normativa pionera obliga a las grandes plataformas digitales de Internet a ser más transparentes, prohibir la publicidad personalizada dirigida a menores, ofrecer feeds sin recomendaciones del algoritmo –que priorizan lo más incendiario y polarizante– o a limitar su exposición a contenidos inapropiados como la pornografía o las apuestas.

Quizás aún más importante es que la ley también veta los *dark patterns* o patrones oscuros, estrategias de diseño que explotan los sesgos de los usuarios para manipularlos. Piensa en anuncios engañosos o cómo se dificulta la cancelación de una suscripción.

## La ley de servicios digitales obliga a las plataformas a ser más transparentes y cuidar de los menores

Con su exigencia de transparencia, Bruselas podría obligar a plataformas como YouTube, Facebook, TikTok, X o Instagram a informar a las autoridades del impacto que tienen los *me gusta* y reducir su presencia, apunta el desarrollador Álvaro Martínez, presidente de la asociación Protección de la Frontera Electrónica, en un artículo en *Crític*. Esta métrica, ampliamente extendida en el mundo digital, funciona como una re-

compensa que lleva al usuario a segregar dopamina –conocida como «hormona de la felicidad»– y a retenerlo durante más tiempo frente a la pantalla.

## Problemas en su aplicación

Expertos como el abogado y delegado de protección de datos Jorge García Herrero advierten de que sería «mucho más útil» que España apostase por «hacer efectivas» las leyes europeas ya vigentes en lugar de anunciar un paquete de medidas de difícil aplicación y cuya letra pequeña es, por ahora, un misterio. El Ejecutivo comunitario de Ursula von der Leyen presentará a finales de 2026 la Ley de Equidad Digital (DFA o Digital Fairness Act, en inglés), que abordará de frente tanto los patrones oscuros como un diseño de las redes sociales que se inspira en las técnicas de los casinos para generar dependencia psicológica. Otro problema son las deliberadas infracciones de las tecnológicas, lo que las ha llevado a elevar la presión para evitar recibir multas. ■

# Violeta, víctima de trata en un local de Cala Major: «No había forma de huir»

► Esta trabajadora **sexual** desvela el calvario que vivió al llegar a España engañada con la promesa de empleo ► La testigo revela los secretos de la prostitución y valora si sería positiva su **regulación o su prohibición**

Alba González | PALMA

## → EL APUNTE

**El club en el que trabajó la testigo continúa en activo a día de hoy**

► Violeta recaló en un local situado en Cala Major que, según su testimonio, «continúa activo hoy en día». De hecho, según ha podido comprobar **Última Hora**, se trata de una finca, aparentemente abandonada que, en su interior, ocultaría un local de alterne. La entrada siempre está abierta; aunque es

Violeta (nombre ficticio y testigo protegido de una operación contra la explotación sexual) es una de las mujeres que conoce en su propia piel las consecuencias de ser víctima de la trata de seres humanos. En 2019, llegó a España desde Argentina con la promesa de un trabajo en la Isla. Para ello, contrajo una deuda de 5.000 euros que la obligaba a mantenerse en su 'nuevo' puesto, al menos, tres meses.

«Cuando llegué, descubrí que dormía en una habitación con siete chicas más. Ahí empezó todo. No nos dejaban descansar, teníamos que estar 24 horas activas. Muchas veces, los clientes consumían cocaína y teníamos que consumir sí o sí con ellos. Si alguna se pasaba y se sentía mal, no llamaban al médico ni la llevaban al hospital. La mandaban a dormir y que bebiera sólo agua», narra.

Sin documentación en regla, sin conocidos en Mallorca y con la afectación psicológica por lo que estaba ocurriendo, Violeta no encontraba el momento ni la forma de huir: «No la había, no nos dejaban conocer gente de fuera, controlaban lo que hablábamos con los clientes y si salíamos nos vigilaban. Era tan fuerte que a veces se metían en las habitaciones para ver si estábamos ' follando ' o no con los clientes», asegura.

### Agresiones

La red en la que cayó no era el único peligro que enfrentaba; también sufrió agresiones por parte de los hombres que acudían al club. «En una ocasión, uno empezó a estrangularme y cuando salí a pedir ayuda me dijeron que no incomodara al cliente. Encima el tipo quería reembolso y terminaron castigándome con tres días sin poder salir de la casa», continúa en su estremecedor relato.

La situación la destruyó psicológicamente: «Cai en el alcohol, en las drogas; tuve depresión. Tenía más ganas de morirme que



Esta entrada se asocia a un club de alterne.

complejo advertir la presencia de alguien en su interior e incluso en los alrededores. El lugar, perfectamente indicado y localizable en internet, parece estar cerrado aunque informa sobre «variedad de chicas y entretenimiento para adultos abierto las 24 horas del día».

de otra cosa porque no sabía cómo salir adelante. Ni siquiera recuerdo cuánto pagué de mi deuda porque llegó un momento en el que ya no pude más. Armé escándalo y me dejaron ir con sólo un billete de 50 euros», confiesa indignada, a la par que temblorosa.

Logró salir pero su calvario no terminó, casi acababa de empezar. «No tenía dinero, no conocía a nadie. Me las ingenié para encontrar un hotel y trataba de captar clientes en los clubes del paseo marítimo», cuenta. Recaló en otro local. En un momento dado, la dueña del mismo la instó a denunciar su anterior club



Imagen ficticia de Violeta, una mujer de 27 años que ejerce la prostitución desde hace más de una década.

en la policía y Violeta se convirtió en testigo protegido: «Nunca denuncié porque quisiera los papeles o nada por el estilo, sino porque todo era una locura. Inmoral. Ilegal. Descubrimos que captaban chicas menores en Colombia, sacándoles pasaportes falsos, y las enviaban a Hong Kong. Estuvieron detenidos una semana y los soltaron. Siguieron trabajando como si nada. Nunca hubo juicio. De verdad te lo digo, me sentí y me siento olvidada por el sistema judicial», expresa.

### Salir

Ella se autodefine como 'trabajadora sexual' y continúa en el mismo ámbito; aunque pocos lo entiendan. «Tenía que mantener a mis hijos. Nunca tuve apoyo psicológico. Es casi imposible salir de este trabajo. No sabes qué hacer. El dinero se gana rápido pero es muy duro. Una vez que estás dentro, te quedas porque esto te destruye la mente. Incluso aunque creas que lo has decidido tú», describe con sinceridad descarnada.

Aún a día de hoy, vive con la

inseguridad de lo que pueda sucederle, «puede que sea un cliente bueno o un psicópata. Si nos roban, nadie nos defiende. No puedes denunciar porque puedes acabar presa. La sociedad nos tiene mal vistas, la Justicia dice que le importa lo que nos

### ► CONTROL

**Durante su trabajo forzado en uno de los clubes, sólo contaban con dos horas al día para salir a la calle y siempre vigilada**

### ► PORCENTAJES

**No cobraba en efectivo sino que recibía tickets por sus servicios; luego le daban el 50 % o incluso el 25 % del dinero que había ganado**

pase pero luego no aparecen. Sólo te queda callarte y llorar a solas», revela.

Violeta aún tiene esperanza. Quiere dejarlo este año; pero acumula demasiada tristeza y dolor en su interior: «Intentas tener un

trabajo normal y te frustras al ver el sueldo a final de mes, se te acumulan las facturas, los gastos, tus hijos en tu país, vuelvo a ello una y otra vez, como en un bucle. Cuando no te alcanza el dinero o incluso tras una ruptura, vuelves a prostituirte», confiesa con entereza, a pesar de la dureza de su testimonio.

Tras varios años en la Isla, ya tiene aquí a su familia. Gracias a grupos de Whatsapp, las trabajadoras sexuales independientes se intercambian datos sobre pisos y lugares en los que no trabajar porque hay malos tratos o son estafadores. Precisamente, para evitarlo; es por lo que defiende una regularización de la prostitución: «Se acabaría el circo que hay con la trata. Si hubiera algún marco legal podríamos denunciar con tranquilidad, aportar impuestos, jubilarnos o al menos tener más respeto por parte de la sociedad. Si caes en una mafia estás muerta. Regularlo es la única opción que veo, aunque, a la vez, esto es algo que una elige cuando no hay ninguna otra opción», finaliza.

## Salut constituye los grupos de trabajo para mejorar la atención a los problemas mentales

I.F.L. | PALMA

La Direcció General de Salut Mental inauguró ayer los grupos de trabajo del nuevo modelo asistencial con la constitución del primer equipo multidisciplinar encargado de elaborar guías clínicas adaptadas a la gravedad de cada proceso. El objetivo es establecer protocolos comunes que garanticen una atención escalonada, específica, rigurosa y equitativa, evitando la sobrecarga del nivel especializado y mejorando la respuesta a la ciudadanía.

El primer equipo creado se centrará en los trastornos de la conducta alimentaria (TCA), una



Constitución de la primera reunión de la mesa de trabajo. Foto: CAIB

de las prioridades de la Conselleria. Este grupo elaborará la guía clínica y el protocolo de actua-

ción para esta patología. En su constitución, encabezada por la consellera Manuela García, parti-

ciparon responsables institucionales y representantes de la Asociación Balear de Apoyo a las Personas Afectadas por TCA, junto a profesionales de atención primaria, pediatría, atención especializada, salud mental y responsables sanitarios de Menorca y Eivissa. El nuevo modelo contará con más recursos y herramientas, ajustando la intervención al nivel de gravedad de cada caso y reservando la atención especializada para los más complejos.

Cabe destacar que, se ha nombrado al psicólogo clínico Joan Roca coordinador asistencial de Salut Mental y Adiccions, que liderará el desarrollo del modelo. La iniciativa y busca mejorar el acceso, reducir tiempos de atención y racionalizar los recursos disponibles.

B. PALAU  
Palma



El Tribunal Superior de Justicia de Baleares (TSJB) ha confirmado una sentencia de un juzgado de lo social de Palma que reconoce la situación de incapacidad permanente en grado de total a una joven psicóloga con un trastorno neurológico funcional.

La Sala de lo social ha desestimado el recurso de suplicación que formuló el Instituto Nacional de la Seguridad Social (INSS), que en un primer momento dictó una resolución denegatoria de la incapacidad permanente.

La Seguridad Social sostenía que, aunque las dolencias que presenta la demandante son objetivas y graves, no son previsiblemente duraderas ni tampoco limitan funcionalmente de forma grave permanente su actividad profesional, al menos, las tareas fundamentales. Según el organismo público, la mujer conserva la capacidad para trabajar en el centro en el que venía ejerciendo su actividad profesional, del que fue despedida a finales de febrero de 2024, y únicamente la limitan para la atención y cuidados de determinadas personas, existiendo otras esferas dentro de la psicología que podría llevar a cabo. Por ello, considera que no está incapacitada para trabajar como psicóloga.

Sin embargo, el tribunal se muestra muy claro a la hora de dar la razón a la demandante y ratificar la sentencia de un juzgado de lo social de Palma. Las patologías que presenta la demandante son un trastorno neurológico funcional con imposibilidad para flexionar la pierna derecha de manera activa o pasiva, la alteración de la sensibilidad en ambos cuádriceps, el temblor en las extremidades superiores al intentar deambular y la dificultad de concentración en ta-



El TSJB ha confirmado íntegramente la sentencia de un juzgado de lo social de Palma.

## Tribunales

# Conceden la incapacidad permanente a una psicóloga con un trastorno neurológico

El TSJB da la razón a la joven, que sufre temblores en los brazos y una pierna y dificultad de concentración y memoria

reas cognitivas, con dificultad de memoria, muy baja tolerancia al estrés y dificultad para distinguir y procesar adecuadamente estímulos internos y externos.

«A la vista de tal situación patológica la conclusión no puede ser otra que la imposibilidad de la demandante para desarrollar su pro-

fesión habitual de psicóloga siendo más cercana su situación a la imposibilidad para el desarrollo de toda profesión u oficio que a la ausencia de incapacidad profesional», subrayan los magistrados.

Además, en la primera sentencia se describen las concretas limitaciones de la mujer, que no puede

llevar a cabo tareas que impliquen sentarse, así como la atención al público, atención y concentración, memoria o estrés. Todo ello «no hace más que corroborar la incapacidad de la demandante para el ejercicio de su profesión habitual y al haberlo entendido así la juez de instancia no ha incurrido en las in-

fracciones» alegadas por el INSS.

El tribunal respalda la actuación de la primera magistrada al dictar sentencia. «Como hemos declarado con reiteración, a la hora de valorar la capacidad laboral de una persona el juzgador de instancia puede apreciar con mayores garantías de acierto el auténtico estado de salud en que se halla y la eventual repercusión invalidante de sus dolencias merced a un contacto directo y personal con el material probatorio que el tribunal *ad quem*, por el contrario, no tiene, por lo que las dudas que siempre existen en este tipo de procedimientos deben resolverse a favor del mantenimiento de la sentencia recurrida, salvo cuando la misma aparezca con claridad como desahogada, notoriamente equivocada o carente de todo fundamento. Y este no es el supuesto que se somete ahora a nuestra consideración», reconoce el TSJB en su sentencia, que todavía no es firme y puede ser recurrida en casación ante el Supremo.

El origen del caso se remonta a mediados de 2022 cuando la afectada, tras una baja médica, fue dada de alta con propuesta de incapacidad permanente. Se inició el expediente de incapacidad y el 9 de febrero de 2024, la Seguridad Social dictó una resolución en la que rechazaba la incapacidad permanente. La mujer presentó una reclamación previa, que fue desestimada. Luego, interpuso una demanda, que fue estimada por un juzgado de lo social. La sentencia inicial reconoció su situación patológica y las limitaciones derivadas de un trastorno neurológico funcional. Además, los servicios de prevención de riesgos laborales la declararon no apta para trabajar como psicóloga y finalmente fue despedida de su trabajo. Por ello, la Justicia falló a su favor y le concedió la incapacidad permanente en grado de total. ■

EFE/ B. P.  
Palma

## Educación

# Los protocolos por riesgo de suicidio en las aulas se duplican en un año

El curso 2024-2025 se saldó con 993 casos, mientras que el anterior se cerró con 563 procedimientos en las islas

La conselleria de Educación activó durante el curso 2024-2025 un total de 993 protocolos por riesgo autolítico en los centros educativos de Balears, mientras que el anterior se cerró con 563 procedimientos, por lo que los casos prácticamente se han duplicado en un año. Estos datos los recoge la Memoria anual del Institut per a la Convivència i l'Èxit Escolar (Convivèxit), difundidos por la Conselleria.

En el caso del riesgo autolítico, de los 993 protocolos activados, 873 correspondieron a Mallorca, 74 a Eivissa, 33 a Menorca y 10 a Formentera.

La conselleria de Educación remarca estos datos en un contexto de mayor visibilización de la salud mental entre adolescentes y ha revisado el protocolo para incorporar las autolesiones no suicidas (ANS), diferenciar niveles de riesgo y reforzar la coordinación con los servicios sanitarios y la Inspección Educativa.

Respecto al protocolo de acompañamiento al alumnado trans, se registraron 40 activaciones: 34 en Mallorca, 4 en Eivissa, 1 en Menorca y 1 en Formentera.

Educación subraya que la estabilidad de estas cifras en los últimos cursos refleja la consolidación de los circuitos de atención y la confianza de los centros en los procedimientos establecidos.

En cuanto a las violencias machistas, se activaron 105 protocolos, de los que 84 se registraron en Mallorca, 13 en Eivissa, 7 en Menorca y 1 en Formentera. En el curso anterior se registraron 96 casos.

La mayoría de los casos están vinculados a relaciones entre adolescentes, lo que, según la Conselleria, confirma la necesidad de reforzar las actuaciones preventivas



Las consultas a Convivèxit han aumentado hasta las cinco mil el curso pasado.

desarrolladas en el marco de campañas como el 25N y el 8M.

La memoria también recoge el balance de los protocolos de prevención del acoso y ciberacoso, con 871 procedimientos activados durante el curso, de los que se confirmaron el 23,7% de los casos. Por islas, 671 correspondieron a Ma-

Los casos activados por acoso y ciberacoso han pasado de 747 a 871 de un curso a otro

llorca, 142 a Eivissa, 54 a Menorca y 3 a Formentera. El curso anterior fueron 747 procedimientos.

Además de la activación de protocolos, Convivèxit atendió 5.000 consultas y asesoramientos en línea, realizó 1.938 seguimientos, 44 intervenciones presenciales en centros y coordinó 21 acciones for-

mativas, consolidándose como un servicio clave en la prevención, detección y acompañamiento en el sistema educativo balear.

La memoria destaca como una de las medidas más transformadoras la incorporación de la figura del psicólogo educativo en centros sostenidos con fondos públicos, impulsada por la Conselleria de manera pionera en el Estado.

Durante el curso 2024-2025, estos profesionales han atendido 5.851 casos individuales, realizado 1.486 intervenciones grupales y gestionado 1.148 derivaciones o coordinaciones con servicios especializados. Según los datos recogidos, el 76% de las personas atendidas reportan una mejora en su bienestar emocional y en su adaptación escolar. El perfil mayoritario del alumnado atendido corresponde a jóvenes de 14 años que cursan segundo de ESO, una etapa considerada clave en el desarrollo personal y académico.

Durante el curso, cerca de un millar de estudiantes participaron en las Jornadas de Alumnado Mediador y se reforzaron las redes de convivencia y coeducación.

Las formaciones en prácticas restaurativas, educación emocional, tutoría entre iguales o prevención del estigma en salud mental han contribuido a fortalecer las competencias de los centros.

La Conselleria ha subrayado que el curso 2025-2026 incorporará nuevos retos, entre ellos el despliegue del II Plan de Coeducación, la publicación del nuevo protocolo de suicidio y ANS, la mejora de la presencia territorial del servicio y la creación de una Comisión de Convivencia. El departamento considera que los datos confirman que Balears dispone de un sistema de prevención y acompañamiento «eficiente y consolidado», que sitúa la convivencia, la igualdad y el bienestar emocional en el centro de la acción educativa. ■

La mirada de **Cati** ha cambiado en los últimos meses. Tras tres años de espera en un albergue, rodeada de 80 personas y bajo la rigidez de horarios y normas de convivencia masificadas, hoy sostiene las llaves de su propia casa en el barrio de Pere Garau, en Palma. No es solo un juego de llaves; es el símbolo de una autonomía recuperada. Cati es una de las usuarias del nuevo Servicio de Domicilios Compartidos, una iniciativa que busca «transformar el modelo de atención residencial en Balears».

Este proyecto, que comenzó a desplegarse con fuerza a finales de 2025, representa un eslabón perdido en la red de salud mental. Hasta ahora, el sistema ofrecía viviendas supervisadas para quienes necesitaban una vigilancia constante o soporte sociocomunitario para quienes ya disponían de un hogar propio. El domicilio compartido aparece como una solución intermedia para personas con un trastorno mental grave que, aunque requieren ciertos apoyos, poseen la capacidad de gestionar su vida diaria con independencia. Es un proyecto de vida normalizado que utiliza la vivienda como base para la inclusión social real.

La administración pública ha respaldado esta modalidad con un concierto social que asciende a 3.928.304 euros para los próximos tres años. **María Castro**, Directora General de Atención a la Dependencia, explica que este esfuerzo presupuestario permite gestionar 50 plazas específicas de domicilios compartidos, concertadas con entidades del Tercer Sector. Este servicio se suma a una red «cada vez más robusta» que, en 2025, atendió a un total de 163 personas en servicios residenciales, «consolidando una estructura que permite a los usuarios transitar hacia una vida cada vez más independiente», señala a este diario.

La alianza 3 Salut Mental —formada por la Asociación Gira-Sol, la Fundació Estel de Llevant y la Fun-

padres muy ancianos y dependientes, su permanencia en el hogar familiar se había vuelto insostenible. Su mudanza, sin embargo, comenzó con un revés: un accidente en la calle la primera noche la llevó directamente al hospital con una fractura de fémur. Tras dos operaciones y semanas en el Hospital Universitario Son Espases, Rosa ha regresado a su nuevo hogar para recuperarse. Para ella, estar en él significa «serenidad» y la posibilidad de dejar atrás años de incertidumbre en un entorno donde se siente «más normal».

Rosa convive con un Trastorno Obsesivo Compulsivo (TOC) y una hipersensibilidad química que condiciona su relación con el entorno. En su vivienda, la convivencia se convierte en un ejercicio de empatía profunda. Su compañera Cati dice haber aprendido a respetar escrupulosamente sus necesidades. Apunta que no utiliza ciertos productos de limpieza en el pasillo para no afectar a Rosa y se asegura de cerrar las puertas que ella necesita. Es un apoyo mutuo que nace de la comprensión del diagnóstico ajeno.

**Inclusión**

Tras años de espera en albergues y entornos familiares complejos, Cati y Rosa estrenan una nueva vida en una vivienda de Palma, donde el apoyo técnico de Gira-Sol y la convivencia vecinal se convierten en la llave definitiva para su plena independencia

## El puente hacia la autonomía: la revolución de los domicilios compartidos en salud mental

NAIR CUÉLLAR  
Palma



Cati y Rosa invitan a este diario a conocer su luminosa vivienda.

dació Es Garrover — junto con la entidad Grec, son las manos que ejecutan este cambio sobre el ter-

Cati, por su parte, arrastra una historia marcada por el duelo y la violencia de género. Tras cuidar a sus padres y a su hermano en sus últimos días, sufrió un brote psicótico que la llevó a un ingreso hospitalario y, posteriormente, al albergue. La transición al domicilio compartido, gestionado en este caso por Gira-Sol, le ha devuelto la ilusión. A pesar de su artrosis, ha empezado a realizar actividades de pintura y teatro y sueña con retomar el judo que — cuenta con una sonrisa en la cara — practicó durante años. La seguridad de una vivienda le ha dado la estabilidad necesaria para planificar su inserción laboral y social.

### Facilitador de autonomía

En el día a día de estos domicilios, la figura del profesional es fundamental, pero huye «de la invasión». **Javier Porto**, técnico de Gira-Sol, señala que su labor no es la supervisión las 24 horas — característica de las viviendas supervisadas —, sino un acompañamiento de intensidad media. El objetivo es que los residentes sean «dueños de su intimidad». Para evitar que el piso se

no. Según explican desde la Consejería de Familias, Bienestar Social y Atención a la Dependencia, Gira-

Sol gestiona 18 plazas, Estel de Llevant 12, Es Garrover 14 y la entidad Grec, 6. Para las entidades de 3 Sa-

**Con 3,9 millones, se garantiza la vivienda de un colectivo donde 8 de cada 10 personas no tienen empleo**

**El modelo apuesta por la inclusión comunitaria real mediante el método 'Girabari'**

convierta en una burbuja, Porto utiliza el método *Girabari*, donde los contactos y reuniones se realizan a menudo en las calles y cafeterías del barrio, fomentando la presencia comunitaria y la no intromisión en el domicilio.

Según detalla, el trabajo técnico se estructura a través de un plan de objetivos que deciden los propios usuarios. Puede ir desde aprender a realizar trámites administrativos telemáticos para romper la brecha digital, hasta conocer los recursos básicos de la zona: la farmacia, el estanco o el mercado. Los técnicos actúan como guías para que, con el tiempo, su presencia sea innecesaria. La meta final es que el domicilio compartido sea un puente hacia una vida totalmente independiente en un plazo aproximado de dos años, funcionando como un espacio de entrenamiento para la autogestión y la corresponsabilidad.

Además del apoyo individual, Porto añade que el servicio fomenta la democracia interna a través de asambleas mensuales. En estas reuniones se acuerdan normas de convivencia y se resuelven conflic-

lut Mental, esto ha supuesto «duplicar» su capacidad operativa en vivienda, pasando de 38 a 82 plazas totales, si sumamos las de vivienda supervisada.

Encontrar un lugar donde establecer estos hogares no ha sido una tarea sencilla. **Alfonso Suárez**, presidente de 3 Salut Mental, reconoce las dificultades de un mercado inmobiliario tensionado como el de Mallorca. A la escasez de oferta se suma un muro invisible pero muy presente: «el estigma». A pesar de que la entidad lleva dos décadas gestionando viviendas sin incidentes, muchos propietarios cierran la puerta en cuanto escuchan las palabras «salud mental».

El éxito del programa radica en

**El nuevo servicio permite a la alianza 3 Salut Mental duplicar su oferta, pasando de 38 a 82 plazas**

su capacidad de convencer a través de la seguridad. Cuando una entidad como Gira-Sol alquila un inmueble, «ofrece garantías de mantenimiento, limpieza y supervisión técnica», explica Suárez. En el caso del piso de Cati y su compañera Rosa, la suerte se alió con el proyecto gracias a una inmobiliaria sensibilizada, reconoce el presidente. Debido a este hecho, cuatro personas comparten hoy un hogar en Pere Garau que no parece un dispositivo asistencial, sino una luminosa y amplia casa en medio de un barrio vibrante. La convivencia se basa en un modelo de copago ajustado a la capacidad económica de cada residente, cubriendo necesidades básicas, alimentación y acompañamiento terapéutico.

### Historias de superación

Rosa llegó al piso impulsada por una situación familiar delicada. Con

tos. «Incluso en las reuniones de equipo de la entidad, se integra a una persona participante para que su voz sea escuchada en la gestión del servicio», enfatiza. Este modelo de atención se integra en una red pública mucho más amplia que cuenta con 739 plazas totales entre servicios ocupacionales, centros de día y apoyo socioeducativo, asegurando «que nadie se quede sin la red necesaria para sostener su proyecto vital».

La evaluación de estos primeros meses es unánimemente positiva. La presencia de usuarios en actividades como el Año Nuevo Chino en Pere Garau o el uso diario de los comercios locales son acciones que combaten el estigma de forma natural. El éxito se mide en detalles cotidianos: en la sonrisa de Rosa al recuperar su autonomía, en el deseo de Cati de volver a caminar para hacer deporte o en la seguridad de saber que tienen un lugar al que llamar hogar. Los domicilios compartidos no solo ofrecen un techo y 50 plazas nuevas; ofrecen la oportunidad de levantar techos de dignidad. ■

## Visibilizar a los invisibles: «Cada vez hay más niños autistas en las aulas»

► Antonia Felipe, auxiliar técnica educativa, publica un libro infantil sobre la condición neurológica: 'Lucas y la libélula'

**Itziar F. Landero** | PALMA

Antoni Fer, seudónimo de Antonia Felipe, es auxiliar técnico educativa en el CEIP Nova Cabana de Marratxí y hace menos de un mes publicó *Lucas y la libélula*, un libro infantil para explicar a niños y adultos cómo es la vida de un niño con autismo.

Lucas no es un nombre ficticio, existe, es un niño con autismo de grado 3 que llegó a la vida de Antonia hace cuatro años, cuando comenzó en el aula UECO del Nova Cabana, donde trabaja. «Lucas me ha cambiado un poco la vida», reconoce ella.

Su experiencia trabajando con Lucas la ha acabado impulsando a escribir sobre él y su condición neurológica: «Lo he hecho para dar visibilidad, para que la gente lo entienda, porque cada vez hay más niños autistas en las aulas», admite.

### Historia

El libro cuenta como Lucas, que va cada semana al mismo parque, conoce una libélula azul junto a un estanque, cuando florecen los nenúfares. La libélula es diferente a las demás por su color y se convierte

en una amiga inesperada para él. El insecto le sigue hasta su casa y surge entre ambos una conexión especial. La relación con la libélula es fugaz.

Después, Lucas comienza el colegio y ahí conoce otra mano amiga, su auxiliar técnico educativa. Es la primera vez que Lucas ve a la libélula en alguien, en forma de persona. «La libélula representa a todas las personas. Soy yo, es la tutora, los profesionales, los padres, los abuelos. En definitiva, la mano amiga que ayuda en cualquier momento», explica Felipe.



**«Los padres siempre te dicen que lo que llevan peor es la mirada de las otras personas»**

**Antonia Felipe**

AUXILIAR TÉCNICO EDUCATIVA

Desde que conoció a Lucas, el pequeño ha avanzado mucho: «Hace dos años ya entraba solo al colegio, iba solo al patio, socializaba un poco más. Sigue sin hablar. Empieza a hacerlo un poco ahora, con diez años». Si antes era la

excepción en su aula, ahora tiene cuatro compañeros más con un grado alto de autismo, uno de ellos también sordo. «Los padres siempre te dicen lo mismo, que pueden aceptar que su hijo o hija sea autista pero que llevan muy mal la mirada de las personas», lamenta. «Es muy duro», añade.



Antonia Felipe, con el libro y una marioneta. Foto: P. PELLICER

Apunta a que hace falta mayor implicación de la sociedad para que niños como Lucas tengan un futuro: «Con personas como yo, una auxiliar, pueden trabajar, pero necesitan un referente», dice.

Felipe está volcada en dar la mayor visibilidad posible al libro. Por eso lo da a conocer en las bibliotecas municipales, ofreciendo a los pequeños un cuentacuentos de *Lucas y la libélula* o leyéndoselo a los mayores. En breve, el libro estará disponible en Can Sales y dentro de un mes lo presentará en Palma. Con lo que logre recaudar quiere ayudar a los padres de Lucas y pagar la escuela de verano del pequeño.

## Cruz Roja pone en marcha un programa para acompañar a personas que han perdido a un allegado por suicidio

**I.F.L.** | PALMA

La Conselleria de Salut firmó ayer un convenio de colaboración con Cruz Roja para poner en marcha un programa de acompañamiento para personas que han perdido a un ser querido a causa del suicidio. Se estima que el

impacto de este tipo de muerte afecta habitualmente a unas seis u ocho personas del entorno del fallecido. Así, la Conselleria cree que este programa beneficiará a unas 400 personas al año de las Islas.

Para poder acceder a éste, los allegados pueden ir directamente



Firma del convenio entre Salud y la Fundación Cruz Roja de Balears.

a Cruz Roja o acudir a su médico de cabecera para que haga la derivación. Este programa no es asistencial, sino que supone un complemento para aquellas personas donde el proceso de duelo se cronifica. Tiene una función comunitaria de prevención y se engloba dentro del Plan Estratégico de Bienestar Emocional y Salud Mental de la Conselleria.

El convenio tiene una vigencia de dos años y un presupuesto global de 30.000 euros para hacer talleres y otras actividades.

## Casi el 90 % de las excedencias por cuidados en Balears corresponden a mujeres

B.P. | PALMA

El 88,5 % de las excedencias por cuidados en Balears corresponden a mujeres. Ellas cogen también el 83,8 % de las reducciones de jornada, y representan el 73,6 % de las jornadas parciales. Son datos del diagnóstico sobre la conciliación que presentó ayer la consellera de Treball, Catalina Cabrer.

Estas cifras explican que tanto la brecha salarial como la de actividad alcancen su máximo entre los 35 y 44 años, por el



La consellera Catalina Cabrer.

impacto de la maternidad, indicó el Govern. El informe evidencia asimismo que la dificultad de conciliación se agrava especialmente cuando los horarios laborales no coinciden con el horario escolar, en un contexto como el Balears, con una economía con mayor presencia de trabajo en fines de semana, turnos y franjas horarias no convencionales.

El diagnóstico también constata una implantación muy limitada de las medidas de flexibilidad laboral y el teletrabajo. Solo

el 22 % de las empresas ofrecen trabajar en remoto, y menos del 50 % incorporan flexibilidad horaria o medidas de desconexión digital.

El documento advierte que, precisamente, la capacidad de conciliar es un factor clave para atraer y retener talento, especialmente entre la generación millennial y Z, que valoran esas facilidades incluso por encima del salario.

Cabrer presentó estos datos al Comité Autonómico de Conciliación de la Vida Personal, Familiar y Laboral y de Eliminación de la Brecha Laboral. El Govern utilizará estos datos para diseñar medidas concretas en el futuro Plan Autonómico de Conciliación Laboral.

## El Joan March implanta el primer programa de terapias asistidas con perros en Balears

► El proyecto del hospital, financiado por la Fundación La Caixa, busca mejorar el bienestar emocional, cognitivo y social de **pacientes mayores**

M.G. | PALMA

El Hospital Joan March presentó ayer su nuevo proyecto de intervenciones asistidas con perros (IAP), una iniciativa pionera en la sanidad pública balear con la que refuerza su modelo de atención centrado en la persona y su compromiso con la humanización de los cuidados.

El acto contó con la asistencia de la consellera de Salud, Manuela García; el subdirector de Humanización y Atención al Usuario del Servicio de Salud, Gabriel Rojo; la gerente del Hospital Universitario Son Llàtzer y del Hospital Joan March, Soledad Gallardo; el subdirector del centro, Javier Berraondo; el responsable de Acción Social de Caixa-Bank Balears, Diego Riera; la



Un perro con una paciente, ante la presencia de la consellera García.

delegada de la Fundación La Caixa, Cristina Antich; el gerente de la Fundació S'Hort Vell, Jacob Gil; y las profesionales de la entidad Josefina Sintés y Xisca Grimalt. El programa está dirigido a personas mayores hospitalizadas y se desarrolla mediante sesiones grupales en las que los pacientes interactúan con perros específicamente formados para este tipo de intervenciones terapéuticas.

Esta metodología permite crear espacios dinámicos y participativos dentro del entorno hospitalario, favoreciendo la implicación activa de los usuarios durante su proceso de recuperación.

La evidencia científica respalda este tipo de terapias, que contribuyen a reducir la ansiedad, el miedo y el estrés asociados al ingreso hospitalario. Asimismo,

favorecen estados de ánimo positivos, mejoran la interacción social entre los pacientes y estimulan funciones cognitivas como la memoria, la atención y la capacidad de evocación de recuerdos.

Además, las intervenciones promueven la actividad física adaptada y generan espacios de relación y comunicación que ayudan a prevenir situaciones de aislamiento, especialmente relevantes en pacientes con estancias prolongadas. La presencia del animal facilita un entorno emocionalmente seguro, cercano y no

► **EVIDENCIA CIENTÍFICA**  
La evidencia científica respalda esta terapia, que contribuye a reducir la ansiedad, el miedo y el estrés asociados al ingreso

juzgador, que propicia la expresión emocional y refuerza la autoestima de los participantes.

Con esta iniciativa, el Hospital Joan March consolida su modelo de atención biopsicosocial, que concibe la salud como un equilibrio entre factores físicos, psicológicos y sociales, incorporando herramientas innovadoras que complementan la atención clínica tradicional y ponen el foco en el bienestar integral de la persona.