

Recull de premsa

Del 23/03 al 05 -04-2026 SALUT I FORÇA

REDACCIÓN

El Auditorio del Centre Cultural de Jesús, en Eivissa, acogió los pasados 6 y 7 de marzo las II Jornadas de Psicología de les Illes Balears. Más de un centenar de profesionales de la psicología y del ámbito social participaron en el encuentro organizado por el Col·legi Oficial de Psicologia de les Illes Balears (COPIB), centrado en los retos que plantea la atención a las personas en situación de vulnerabilidad y en la necesidad de reforzar su acompañamiento.

De la mano de especialistas nacionales y locales, las jornadas combinaron reflexión, formación y debate a partir de una premisa compartida: la salud mental no puede entenderse al margen del contexto social, económico y relacional en el que viven las personas.

Desde la inauguración, el enfoque quedó definido. La vulnerabilidad psicológica no puede explicarse únicamente desde lo individual. Detrás de muchas situaciones de malestar hay condiciones de vida, relaciones y contextos que influyen de manera decisiva. La idea, planteada en el discurso inaugural por el decano del COPIB, Javier Torres, se repitió en buena parte de las intervenciones y sirvió de hilo conductor de unas jornadas que han querido mirar más allá del síntoma.

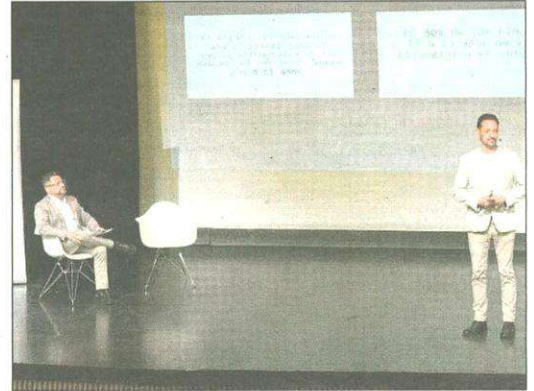
Ese cambio de mirada obliga también a replantear la forma de intervenir. A lo largo del encuentro se repitió una misma reflexión: llegar cuando el problema ya se ha cronicado no es suficiente. La prevención, la detección precoz y el acompañamiento temprano aparecieron desde el inicio de las jornadas como ejes imprescindibles.

En ese marco, se abordaron realidades muy presentes en el trabajo diario de los profesionales de la psicología. La infancia y la adolescencia ocuparon un lugar destacado, especialmente en lo que respecta a la relación con las pantallas. El acceso cada vez más temprano a dispositivos móviles, unido a la falta de normas claras y de supervisión, sitúa a muchos menores en escenarios de riesgo para los que, en ocasiones, no están preparados.

El debate no se quedó en la tecnología. También se habló de cómo esos entornos influyen en la construcción de las relaciones, en la forma de entender la afectividad o en la normalización de determinadas conductas. De ahí la insistencia en reforzar la educación

Eivissa sitúa la vulnerabilidad psicológica en el centro del debate profesional

El COPIB reúne a más de un centenar de profesionales en las II Jornadas de Psicología de les Illes Balears, apostando por reforzar el acompañamiento



digital y afectivo-sexual, no solo como herramienta preventiva, sino como parte esencial del desarrollo.

A medida que avanzaban las jornadas, el foco se fue desplazando hacia contextos de mayor complejidad. La violencia, la prostitución o la trata de personas aparecieron como ámbitos en los que la intervención psicológica resulta imprescindible, aunque no siempre ocupa el lugar que debería. Los profesionales coincidieron en que sin ese acompañamiento los procesos de recuperación quedan incompletos y en que es necesario reforzar el trabajo conjunto entre servicios para ofrecer respuestas más eficaces.

También hubo espacio para revisar la mirada sobre la adolescencia. Frente a discursos que tienden a problematizar esta etapa, se defendió la necesidad de entenderla como un proceso natural, en el que el papel de los adultos resulta clave. Más que controlar, se trata de acompa-

Reconocimientos

El encuentro sirvió también para poner en valor el trabajo de la profesión. En este marco, se entregó el II Premio de Implementación y Divulgación de Prácticas Profesionales Innovadoras en Psicología, que reconoció a la psicóloga Antonia Siquier por un programa centrado en la promoción de la salud cognitiva y mental en personas mayores.

Además, hubo un momento especialmente emotivo con el reconocimiento a la trayectoria de Ana Pallás Miralles, vinculada durante casi una década a la vocalía de Ibiza y Formentera del COPIB. La psicóloga deja su cargo con el reconocimiento unánime por su dedicación, cercanía y firme defensa de la profesión en las Pitiusas. El decano del COPIB, Javier Torres, le hizo entrega de una litografía, una escultura y una caricatura conmemorativas como muestra de gratitud por su entrega y compromiso.



ñar: estar presentes, generar confianza y ofrecer referentes.

De la reflexión a la acción

Más allá de las ponencias, las jornadas dejaron sobre la mesa varias ideas compartidas. Una de ellas, la urgencia de reforzar la coordinación entre administraciones y profesionales para mejorar la detección temprana de situaciones de riesgo. Otra, la necesidad de integrar de forma real la educación emocional y digital en el sistema educativo.

También se subrayó la importancia de dotar de más recursos a los servicios que atienden a víctimas de violencia y trata, un ámbito en el que la demanda sigue creciendo.

El mensaje final fue, en cierto modo, una prolongación del inicial: el conocimiento existe y el diagnóstico está sobre la mesa. Ahora toca traducirlo en decisiones concretas. En políticas públicas, en recursos y en cambios estructurales que permitan intervenir antes y mejor.

Clima de tensión en las aulas

Seis identificados por difundir mensajes homófobos contra el docente de Andratx

Todos los presuntos responsables son menores de edad • Educación revela que en 2025 se abrieron un total de 79 protocolos por agresiones al profesorado

XAVIER PERIS / NAIR CUÉLLAR
Palma

La Guardia Civil ha identificado a seis menores, todos de unos quince años, como presuntos responsables de la difusión de una serie de imágenes de contenido sexual y homóforo contra un profesor del instituto Baltasar Porcel de Andratx.

Los agentes concluyeron la investigación la semana pasada y han remitido el informe a la Fiscalía de Menores, que está pendiente de tomar manifestación a los chicos antes de decidir qué medida adopta.

El centro educativo denunció públicamente ayer que uno de sus profesores había sido víctima de una serie de mensajes de contenido sexual y homóforo difundidos a través de la plataforma Google Classroom, utilizada habitualmente para comunicaciones internas entre profesores y alumnos, y para el que se había creado un perfil falso.

La denuncia llegó la semana pasada al puesto de la Guardia Civil de Andratx, que inició una investigación.

Una rápida búsqueda informática permitió localizar los ordenadores desde los que se habían difundido estos mensajes, y a partir de ahí identificar a los presuntos autores.

La Guardia Civil tenía identificados a seis chicos, todos de Andratx y de unos quince años, como presuntos autores de la creación y la difusión de las imágenes. Los chicos pueden ser considerados autores de delitos de odio y contra la integridad moral.

La Guardia Civil ha remitido un informe con el resultado de la investigación a la Fiscalía de Menores, que está pendiente de tomar manifestación a los adolescentes y decidir qué medidas se les aplica.

Conselleria

La Conselleria de Educación y Universidades hizo públicos, ayer, los datos de agresiones al personal docente correspon-



El exterior del instituto Baltasar Porcel, en Andratx.

dientes al año 2025.

Esta comunicación surgió como respuesta directa a la indignación generada por el reciente ataque homóforo sufrido por un profesor del IES Baltasar Porcel de Andratx, un suceso que ha provocado una movilización unánime de la comunidad educativa y los sindicatos del sector.

Según los datos facilitados por la Conselleria de Antoni Vera, durante el pasado año se activaron un total de 79 protocolos NADIB, la herramienta específica para la notificación de agresiones al personal docente.

Del desglose de estas cifras se desprende que 17 casos fueron catalogados técnicamente como accidentes de trabajo, mientras que 51 se registraron

Los chicos pueden ser considerados autores de delitos de odio y contra la integridad moral

Alud de apoyos al docente

«Si atacan a uno, nos atacan a todos», reivindica la comunidad educativa

Todos a una como en Fuenteovejuna. La indignación por el reciente ataque homóforo sufrido por un profesor del IES Baltasar Porcel de Andratx, ha provocado una ola de solidaridad y movilización unánime de la comunidad educativa, las instituciones y los sindicatos.

PERE MORELL
Palma

La alcaldesa de Andratx, Estefania Gonzalvo, que protagonizó en su momento una decisión controvertida y polémica permitiendo que un alumno, previamente vetado de la graduación del IES Baltasar Porcel por querer pronunciar un discurso polémico, celebrase una macrograduación frente al Ayuntamiento junto a Ceiarmy, contradiciendo al profesorado del centro. Ahora, se ha puesto del lado del profesorado tras el ataque homóforo a un docente del mismo instituto, Gonzalvo ha expresado su apoyo al profesor, subrayando que «la educación siempre ha de ser un espacio de respeto, convivencia y libertad» y que los discursos de

como incidentes. Los 11 casos restantes permanecen como «no catalogables» debido a que la documentación aportada aún no ha permitido determinar su naturaleza exacta.

«Violencia normalizada»

La reacción sindical continuó ayer. Desde UGT Ensenyament calificaron lo ocurrido como una «agresión directa a la dignidad de la persona y un ataque a los valores más básicos de convivencia democrática». El sindicato subrayó que no se trata de un caso aislado, sino de una situación que evidencia una «preocupante normalización de la falta de respeto y de conductas discriminatorias dentro y fuera de los centros educativos».

En la misma línea, el sindicato SIAU denunció a última hora del lunes la «falta de protección del profesorado», vinculando el aumento de la conflictividad a la «normalización

UGT subrayó que se evidencia una «preocupante normalización de la falta de respeto»

de discursos de odio y de extrema derecha».

Por su parte, organizaciones como STEI, ANPE y UOB coincidieron en señalar que el uso de herramientas digitales para perpetrar estos ataques es la «punta del iceberg» de una degradación del clima escolar. ■

odio no tienen cabida en el municipio.

CCOO condenó el ataque y mostró su solidaridad con el docente y el claustro, exigiendo medidas para evitar hechos similares y reforzar protocolos contra el acoso y la discriminación.

El Parlament de les Illes Balears, mediante un manifiesto promovido por MÉS per Mallorca, también expresó su condena unánime, rechazando los discursos de odio contra docentes y destacando la importancia de garantizar un entorno seguro e inclusivo en los centros educativos.

Por su parte, el Col·legi Oficial de Psicologia de les Illes Balears (COPIB) recordó la importancia de consolidar entornos educativos seguros, inclusivos y respetuosos, donde se fomenten valores como la convivencia, la diversidad y el desarrollo personal y emocional del alumnado.

Varios institutos de la isla, como el IES Antoni Maura, IES Aurora Picornell y IES Son Pacs, se sumaron mostrando su solidaridad, y en este último centro se repitió el lema: «Si atacan a uno, nos atacan a todos». ■

El Col·legi de Psicòlegs destaca la importancia de entornos educativos seguros y respetuosos

R.L. | PALMA

El Col·legi Oficial de Psicologia de les Illes Balears expresó ayer su «firme apoyo y solidaridad con el docente afectado y con toda la comunidad educativa del IES Baltasar Porcel, de Andratx, ante los hechos recientemente conocidos».

Para los psicólogos, «los centros educativos son, por definición, espacios fundamentales no sólo para la adquisición de conocimientos, sino también para el desarrollo personal, emocional y social del alumnado. En ellos se construyen valores esenciales como el respeto, la convivencia y la aceptación de la diversidad, pilares imprescindibles para una sociedad saludable y cohesionada. Cualquier manifestación de rechazo, discriminación o violencia, especialmente cuando se dirige hacia la identidad o la orientación de las personas, impacta negativamente tanto en quien la sufre como en el conjunto de la comunidad educativa, deteriorando el clima escolar y dificultando los procesos educativos».

Por todo ello, el colegio oficial considera «fundamental reforzar el compromiso de todos los agentes implicados —profesorado, alumnado, familias y profesionales— en la promoción de entornos seguros, inclusivos y respetuosos».

Por su parte, los sindicatos UGT y CCOO también se sumaron a la condena al ataque homóforo en el IES Baltasar Porcel, de Andratx, y a las muestras de apoyo al profesor afectado y a la comunidad educativa del centro. Para UGT, «los hechos constituyen una agresión directa a la dignidad de la persona y un ataque a los valores de la convivencia democrática», mientras que para CCOO, «es absolutamente inaceptable cualquier conducta que atente contra los valores fundamentales de respeto e igualdad».

Balears diseña un decreto para reforzar la convivencia y la seguridad en las aulas

► Educació inicia la elaboración de un nuevo **marco normativo** que busca reforzar la figura del docente con herramientas claras

Javier Jiménez | PALMA

La Conselleria d'Educació i Universitats ha iniciado la elaboración de un nuevo marco normativo, a través de la mesa de trabajo Docents 360, con el objetivo de garantizar que los centros educativos de Balears sean espacios seguros, ordenados y libres de violencia, conflictos y cualquier forma de discriminación. Esta iniciativa, que previsiblemente se concretará en forma de decreto, permitirá desarrollar con mayor precisión la legislación vigente y dar respuesta efectiva a las demandas del profesorado, el alumnado y la comunidad educativa en general.

La necesidad de esta normativa se ha visto especialmente reforzada tras el reciente ataque homófilo contra un docente en el IES Baltasar Porcel de Andratx, donde siete alumnos difundieron mensajes insultantes, imágenes de contenido sexual y expresiones homofobas contra un profesor a través de una plataforma educativa digital. Este suceso desencadenó la apertura de una investigación por parte de la Guardia Civil y la Fiscalía de Menores, así como la convocatoria de acciones de rechazo y condena por parte del claustro docente y la comunidad educativa.

La gravedad del incidente y la percepción creciente de que ciertos comportamientos de falta de respeto, insultos, amenazas y discriminación se han normalizado en algunos entornos escolares han impulsado a la Conselleria a avanzar hacia una normativa que ofrezca respuestas estructurales, claras y efectivas, más allá de medidas puntuales o reactivas. La iniciativa parte también de la constatación de una tendencia al aumento de conflictos y agresiones en el ámbito escolar en los últimos años, tanto hacia el pro-

Punto de Vista

Victor Malagón



La gota que colmó el vaso

Lo ocurrido en el instituto de Andratx ha sido una gota que ha colmado el vaso, otro episodio más en centros educativos. A la erosión de la autoridad de los docentes se le une la facilidad que las nuevas tecnologías dan para difundir cualquier posible delito de odio o acoso ya sea hacia otros alumnos o hacia profesores. Los protocolos son herramientas para actuar y por tanto, necesarias, ahora, más complicado es actuar con el fondo.

► **HOJA DE RUTA**
Balears ha tomado como referencia las normativas de Andalucía, Extremadura o Castilla La Mancha

feesorado como entre el propio alumnado, reflejada en los datos recientes de notificaciones de agresiones a docentes.

Con la aprobación de esta normativa, se pretende ofrecer una respuesta integral a la problemática, garantizando que los centros educativos sean lugares de aprendizaje seguros, inclusivos y respetuosos, donde la convivencia, la igualdad y la dignidad humana sean principios inquebrantables. La norma también tiene como objetivo fortalecer la confianza de las familias, proteger los derechos del alumnado y proporcionar a los docentes herramientas claras para gestionar conflictos de manera eficaz y preventiva.

Una referencia

Aunque la regulación estatal definitiva está pendiente a través del futuro Estatuto del Docente, varias comunidades autónomas —como Andalucía, Castilla-La Mancha o Extremadura— ya han desarrollado normativas propias en esta materia, sirviendo de referencia para los criterios y medidas que se están diseñando en Balears. En esta línea, el Govern avanza con esta iniciativa mediante la mesa Docents



360, incorporando las aportaciones del profesorado, equipos directivos, familias y otros agentes educativos.

Esta futura normativa tiene como objetivos principales reforzar la autoridad del profesorado y dignificar la labor de los equipos directivos y docentes, al mismo tiempo que se busca hacer más atractiva la profesión y garantizar que el alumnado reciba una educación basada en el respeto, la convivencia y la seguridad. Además, se pretende combatir y prevenir cualquier forma de discriminación, incluyendo la homofobia, el machismo y cualquier manifestación de odio hacia colectivos vulnerables.

El texto también definirá y clasificará las conductas de indisciplina, estableciendo distintos grados de gravedad y determinando las medidas correctoras o sancionadoras apropiadas según cada situación.

Se fijarán también mecanismos de apoyo institucional para el profesorado afectado, reforzando el papel de la inspección educativa como garante del cumplimiento de la normativa y del acompañamiento a los equipos directivos. Por último, se establecerá un marco claro de reclamaciones y recursos para las familias, asegurando transparencia, equidad y garantías en la gestión de conflictos dentro de los centros educativos.

Convivencia positiva

Con este futuro decreto, la Conselleria pretende dar un paso decisivo hacia una educación más segura, inclusiva y respetuosa, consolidando Balears como un territorio comprometido con la convivencia positiva, la igualdad de oportunidades y la protección de los derechos de todos los miembros de la comunidad educativa.

Docents 360: responsables educativos y expertos por el bienestar de los maestros

► La nueva **mesa de trabajo** está integrada también por especialistas del ámbito psicológico

► Entre sus **miembros** se encuentran Joana Maria Cabrer y Neus Riera

J. Jiménez | PALMA

La mesa de trabajo Docents 360 está integrada por profesionales de alto nivel de la Conselleria d'Educació i Universitats y expertos externos del ámbito educativo y psicológico, con el objetivo de diseñar estrategias que mejoren el bienestar docente y la convivencia en los centros educativos de Balears.

Entre sus miembros se encuentran Joana Maria Cabrer, directora general de Personal Docente y Centros Concertados, y Neus Riera, directora general de Primera Infancia, Atención a la Diversidad y Mejora Educativa, quienes aportan la visión institucional y la coordinación con los diferentes servicios de la Conselleria. Asimismo, participa el secretario general, Tomeu Riera, encargado de garantizar la conexión entre las políticas educativas y la implementación operativa de las medidas propuestas.

Representantes técnicos

La mesa cuenta además con representantes técnicos de la Conselleria procedentes de los servicios de Convivència, Personal Docente, Inspección Educativa y Riesgos Laborales, aportando su experiencia en la gestión diaria de los centros y en la aten-



Antoni Vera, durante la primera reunión.

→ EL APUNTE

Implementar medidas concretas

► Gracias a la colaboración entre responsables de la Conselleria y expertos externos, la mesa busca implementar medidas concretas que refuercen la autoridad docente, dignifiquen la labor de los equipos directivos y promuevan entornos educativos seguros, respetuosos e inclusivos.

► EQUIPO

En esta nueva mesa también participan expertos externos

ción a situaciones de conflicto o riesgo.

También participan expertos externos, como Marta Huertas, vocal de psicología educativa del Colegio Oficial de Psicólogos de las Islas Baleares (COPIB); Eva Maria Cardona, de la Institución de Mediación del Colegio de Abogados (IMIB); y Miquel Oliver, ex decano de la Facultad de Educación de la UIB. Estos profesionales contribuyen con su conocimiento especializado en bienes-

tar emocional, mediación y análisis educativo, garantizando un enfoque integral y basado en la evidencia.

La mesa de trabajo Docents 360 tiene como objetivo analizar la situación del profesorado, identificar necesidades y diseñar un Plan de Mejora del Bienestar Docente. Para ello, se apoya en estudios recientes realizados por investigadores de la UIB, que incluyen el análisis de la situación de 5.000 docentes en Balears.

Salud

El Govern cuela en la ley ómnibus la categoría de psicólogo general sanitario

El PP introduce una enmienda que no tiene nada que ver con la norma para dar amparo legal a un modelo que el sector cuestiona

IRENE R. AGUADO
Palma



El Govern balear da un paso más en su intento de blindar la contratación de psicólogos sin la especialidad clínica (es decir, sin la formación PIR) en la sanidad pública. El PP registró a finales de marzo una enmienda dentro de la conocida como ley ómnibus de medidas urgentes para acelerar proyectos estratégicos con la que pretende crear la categoría profesional de Psicólogo General Sanitario en el IB-Salut, una maniobra con la que el Ejecutivo autonómico busca curarse en salud y darse amparo legal ante la polémica y el previsible frente judicial.

La iniciativa llega en pleno conflicto con el sector y en un momento en el que ya existen pronunciamientos judiciales en otras comunidades que cuestionan este modelo. Y lo hace, además, mediante una enmienda en una ley que no tiene nada que ver con la materia y cuya urgencia no está justificada. La intención del PP, según la enmienda, es crear esta categoría profesional como personal estatutario sanitario con funciones en Atención Primaria. En concreto, el texto establece que estos profesionales asumirán funciones recogidas en la Ley General de Salud Pública «cuando estas no estén incluidas en la carte-

ra de servicios comunes de atención a la salud mental».

Sin embargo, esas funciones (evaluación, diagnóstico e intervención psicológica) sí están incluidas en la cartera de servicios del Sistema Nacional de Salud y, por ley, corresponden a los especialistas en Psicología Clínica (vía PIR). Es decir, la redacción abre la puerta a una interpretación ambigua sobre qué pueden o no pueden hacer estos nuevos perfiles.

Más allá del contenido, el problema también es la forma, porque se ha introducido en una ley de medidas urgentes centrada en la transformación económica, por lo que no guarda ninguna relación con la materia. Aunque ahora la ley está ahora bloqueada por los partidos de la oposición, el Govern ya ha manifestado su intención de desbloquearla y seguir adelante con su tramitación parlamentaria. Así, con esta enmienda, el Ejecutivo busca dotar de amparo legal a unas contrataciones que están en cuestión y que podrían acabar en los tribunales. Cabe recordar que un grupo de 70 psicólogos han reclamado al IB-Salut que deje de contratar a profesionales sin el título de especialista clínico, un trámite que precede a una posible y probable demanda judicial.

Hace meses que el IB-Salut incorporó a 16 psicólogos sin la especialidad clínica en Atención Prima-



Imagen de archivo de la entrada del centro de salud Arquitecte Bennassar de Palma.

El Ejecutivo busca legalizar la contratación de psicólogos sin especialidad clínica

ria para paliar la falta de profesionales. La medida ha generado un conflicto que ha ido escalando. En este escenario, la creación de la nueva categoría supondría, en la práctica, intentar encajar jurídicamente un modelo ya en marcha.

«Inseguridad jurídica»

Por su parte, la Sociedad Española de Psicología Clínica (SEPC-ANPIR) ha reaccionado con dureza y ha advertido en un comunicado del riesgo que supone esta iniciativa. La entidad considera que introducir esta medida en una ley ur-

gente y sin relación con la materia «puede generar inseguridad jurídica» al no garantizar un «debate técnico» adecuado. Además, subraya que, aunque las comunidades autónomas pueden crear nuevas categorías, estas deben respetar las funciones ya atribuidas a los especialistas.

En este caso, recuerdan, la legislación vigente reserva la atención psicológica en el sistema público a los psicólogos clínicos: «El solapamiento de competencias supondría un riesgo para la claridad de la organización asistencial y para la garantía de una atención especializada de calidad», advierten. Por eso, piden que la medida se tramite por el «cauce regulatorio adecuado» y con participación de los profesionales, y no a través de una enmienda en una ley de carácter económico.

En todo caso, la inclusión de esta enmienda se enmarca en una ley

que ya ha sido objeto de críticas por intentar modificar decenas de normas a la vez. La oposición ha denunciado que el Govern está utilizando esta vía para introducir cambios «por la puerta de atrás» y ha amenazado con impugnarla si no se retira. En este contexto, la creación de la categoría de psicólogo general sanitario se suma a una lista de medidas que poco tienen que ver con el objetivo inicial de la norma.

Igualmente, no es la primera vez que se intenta una maniobra parecida. En la anterior legislatura se introdujo en un decreto urgente vinculado al covid una disposición para blindar la situación de psicólogos no especialistas contratados en puestos de gestión. Ahora, con esta nueva enmienda, el Govern vuelve a mover ficha en la misma dirección para consolidar un modelo cuestionado por el sector profesional y cada vez más expuesto a acabar en los tribunales. ■

DÍA MUNDIAL DE CONCIENCIACIÓN SOBRE EL AUTISMO

El COPIB subraya que avanzar en la comprensión social del autismo y de las personas con TEA es clave para su atención e inclusión real

REDACCIÓN

Con motivo del Día Mundial de Concienciación sobre el Autismo, que se conmemora el 2 de abril, el Col·legi Oficial de Psicologia de les Illes Balears (COPIB) subraya que avanzar en la comprensión social del autismo y de las personas con Trastornos del Espectro Autista (TEA) es clave para mejorar la atención que reciben y favorecer una inclusión real. Asimismo, el COPIB defiende una atención psicológica basada en la evidencia y centrada en las necesidades específicas de cada persona, con el objetivo de mejorar su calidad de vida y apoyar a sus familias.

En las Illes, se estima que alrededor de 2.000 menores presentan TEA. A esta realidad se suma el incremento de casos detectados en los últimos años, en parte gracias a una mayor

sensibilización y a mejores herramientas de diagnóstico.

Detrás de estas cifras hay personas con perfiles muy distintos. Hablar de TEA es también hablar de neurodivergencia, de formas diversas de percibir, procesar y relacionarse con el entorno. Esta diversidad implica necesidades diferentes y grados variables de autonomía, por lo que resulta imprescindible ofrecer respuestas ajustadas en todas las etapas de la vida, no solo en la infancia y la adolescencia, sino también en la edad adulta, un colectivo tradicionalmente más invisible, y de forma especial en las mujeres.

Muchas mujeres con TEA no han sido diagnosticadas hasta etapas avanzadas de la vida, en parte porque los criterios clínicos se han construido durante décadas a partir de perfiles masculinos. Hoy sabemos que el autismo puede manifestarse de

forma diferente en mujeres, que, a menudo, utilizan estrategias de adaptación o de enmascaramiento (masking) que las hacen pasar desapercibidas, retrasando el diagnóstico. Este esfuerzo continuado por encajar y ocultar las propias dificultades tiene un coste importante y se relaciona con problemas de salud mental y situaciones de agotamiento a lo largo de la vida.

Desde el COPIB se insiste en la importancia de la detección temprana, el acompañamiento a lo largo de toda la vida y el apoyo a las familias. La dotación de recursos suficientes es clave para dar respuesta a las necesidades asociadas al TEA, una responsabilidad que corresponde a las administraciones públicas. En este contexto, el Colegio también quiere reconocer la labor que desarrollan las asociaciones y entidades del tercer sector, en las que los



Javier Torres, decano del COPIB.

y las profesionales de la psicología desempeñan un papel fundamental.

Este 2 de abril es una oportu-

nidad para informarse mejor y para mirar el autismo y a las personas con TEA sin prejuicios.

El COPIB celebra el curso "Apego y Cuerpo: esquemas sensoriomotrices relacionales"

REDACCIÓN

La sede del COPIB acogió el pasado 21 de marzo una nueva formación impartida por la coordinadora del Grupo de Trabajo de estudios de vínculo afectivo, Ana Cortiñas, que reunió a 13 profesionales interesadas/os en profundizar en la relación entre los vínculos afectivos y la experiencia corporal en el contexto psicoterapéutico. El objetivo de la sesión fue acercar a las personas asistentes al abordaje del cuerpo en la intervención clínica desde la psicología del trauma.

Bajo el título "Apego y Cuerpo" esquemas sensoriomotrices relacionales", este curso se enmarca en un abordaje del cuerpo en estrecha relación con los vínculos afectivos y relacionales. Desde esta perspectiva, el cuerpo no se considera un elemento aislado, sino un componente clave en la organización de



la experiencia relacional implícita. Los contenidos teóricos se completaron con ejercicios prácticos que facilitaron la comprensión a través de la propia experiencia.

Al finalizar el curso, las personas participantes valoraron especialmente el enfoque aplicado a la formación, así como la posibilidad de experimentar las herramientas propuestas de forma práctica, lo que contribuyó a una mejor integración de los contenidos.

El COPIB participa en el Job Day de la UIB para orientar a las nuevas generaciones de profesionales de la Psicología

REDACCIÓN

El COPIB participó los días 11 y 12 de marzo en una nueva edición del Job Day, la feria de empleo organizada por la Universitat de les Illes Balears (UIB), con el objetivo de acercar el colegio profesional a las/os estudiantes de Psicología y ofrecerles información sobre sus primeros pasos en el ejercicio de la profesión.

En la primera de las dos jornadas, celebradas en el edificio Arxiduc Lluís Salvador del campus universitario, el COPIB contó con un stand informativo desde el que se atendió a estudiantes interesados en conocer los servicios que ofrece la institución, así como los procesos de pre-colegiación y colegiación y las diferentes oportunidades de formación y desarrollo profesional.



El decano del COPIB, Javier Torres, visitó el espacio del colegio profesional y pudo compartir impresiones con estudiantes y con el equipo que atendía el stand, destacando la importancia de que las nuevas generaciones de profesionales de la Psicología conozcan desde la etapa universitaria el papel que desempeña su colegio profesional en la defensa,

promoción y desarrollo de la profesión.

El Job Day, que este año ha celebrado su decimonovena edición, reúne a centenares de empresas y entidades que ofrecen oportunidades de prácticas y empleo a estudiantes y titulados de la UIB, consolidándose como uno de los principales espacios de encuentro entre universidad y mercado laboral.

La Junta de Gobierno del COPIB acordó participar en la nueva edición del evento con el objetivo de que las/os estudiantes de la Facultad de Psicología se sintieran representados por su colegio profesional. La iniciativa responde al compromiso del Colegio de acompañar a las/os futuros psicólogos/os en el inicio de su trayectoria profesional y facilitar su integración en el ámbito laboral.

Del duelo perinatal a la intervención con migrantes: la formación del COPIB hasta junio recorre los principales ámbitos de la práctica psicológica

La institución psicológica colegial balear ofrece más de una decena de cursos y talleres que abordarán adicciones, autismo, conflictos familiares o atención a personas mayores

REDACCIÓN

El Col·legi Oficial de Psicologia de les Illes Balears (COPIB) ha organizado hasta el mes de junio una programación formativa que aborda algunos de los ámbitos más presentes en la práctica profesional actual: desde el duelo perinatal o las adicciones hasta la intervención en autismo, los conflictos familiares o la atención a personas mayores.

En un contexto en el que la salud mental ocupa un lugar destacado en la agenda pública y sanitaria, la actualización constante de conocimientos resulta imprescindible. La programación se orienta a dotar a los profesionales de herramientas aplicables a situaciones reales de consulta y a contextos que están ganando peso en la demanda asistencial.

Las formaciones programadas arrancan el 24 de abril con el curso **"Duelo perinatal"**, presencial en la sede del COPIB. Este tipo de intervención, todavía poco visibilizada, está adquiriendo mayor presencia tanto en el ámbito clínico como hospitalario, exigiendo la incorporación de herramientas específicas para acompañar procesos de pérdida especialmente complejos.

El mes de mayo concentra una parte significativa de la actividad formativa, reflejando la diversi-



dad de ámbitos de intervención de la psicología. Así, el día 9 se celebrará, en formato online, el curso **"Comaternidad y apego**

en tratamientos de reproducción asistida", centrado en las nuevas realidades familiares y los vínculos afectivos en contex-

tos de parentalidad diversa.

En el ámbito de las adicciones, los días 13 y 20 de mayo tendrá lugar la segunda parte del curso **"Estrategias de intervención en adicciones II"**, dando continuidad a una línea formativa que sigue siendo clave en distintos servicios asistenciales. A ello se suma, el 18 de mayo, el taller presencial **"Lenguaje natural asistido y autismo"**, que dará a conocer herramientas prácticas para mejorar la comunicación y el acompañamiento en personas con trastorno del espectro autista.

Psicología Forense

También en mayo, el día 22, se celebrará el curso sobre **"Rechazo filio-parental en divorcios conflictivos"**, una temática habitual en el ámbito forense y que plantea importantes retos tanto en la evaluación como en la intervención psicológica. En la misma línea de actualización de modelos de trabajo, el 27 de mayo se presentará el enfoque **DNA_V**, centrado en la flexibilidad psicológica en adolescentes y jóvenes, una población que sigue requiriendo estrategias específicas adaptadas a su momento evolutivo.

El mes concluye con el curso del día 30 sobre **"Apego, observación y análisis de las interacciones relacionales con padres y**

parejas", reforzando una de las bases transversales de la intervención psicológica en distintos contextos clínicos.

La programación continúa en junio con contenidos que combinan especialización y ámbitos de intervención con una clara dimensión social. El 1 de junio, en la sede del COPIB, se celebrará el curso **"Autismo: más allá de la conducta"**, que plantea una mirada más amplia sobre la comprensión y el acompañamiento en este trastorno.

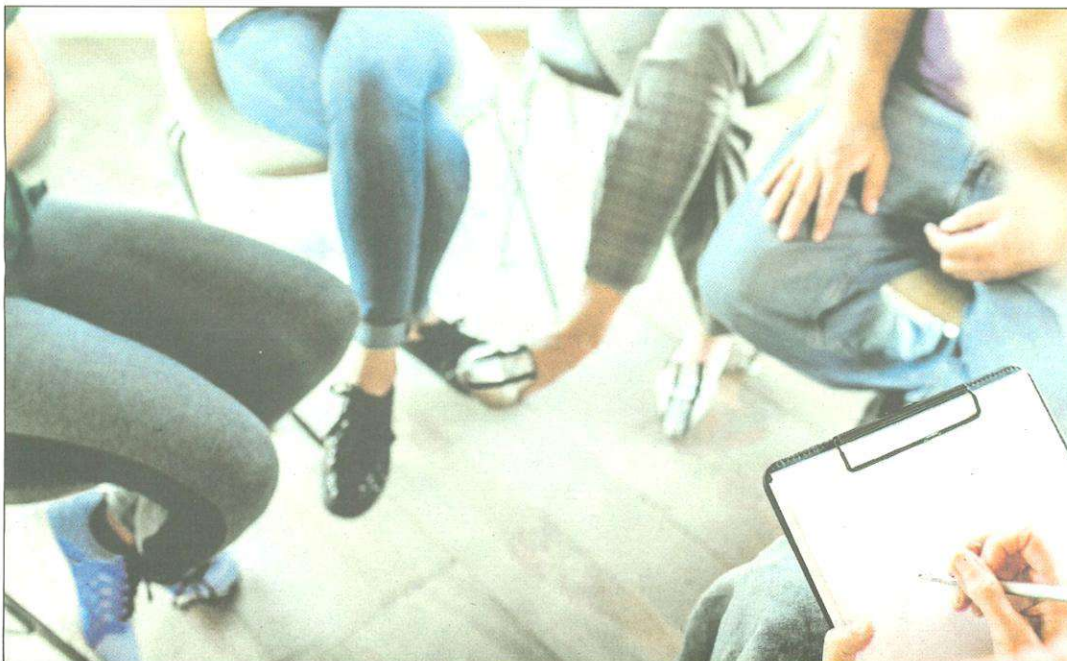
Emergencias psicológicas

Una de las formaciones destacadas del período será el curso de emergencias psicológicas que se celebrará el 5 de junio en el Centre de Convencions de Es Mercadal, en Menorca. Este tipo de formación resulta especialmente relevante para mejorar la respuesta en situaciones críticas, donde la rapidez y la precisión son determinantes.

Al día siguiente, el 6 de junio, tendrá lugar en Palma el curso sobre el papel del profesional de la psicología en el modelo de atención integral centrado en las personas mayores. El envejecimiento de la población y el desarrollo de nuevos modelos asistenciales hacen cada vez más necesaria la presencia de psicólogos en este ámbito.

La agenda se cerrará el 19 de junio con una formación centrada en la intervención psicológica en población migrante, con un enfoque práctico orientado a profesionales. La diversidad cultural, los procesos migratorios y las situaciones de vulnerabilidad asociadas a estos contextos exigen intervenciones sensibles a cada realidad.

La combinación de modalidades, presencial y online, facilita el acceso a la formación y la participación de colegiados de todas las islas. La información detallada sobre contenidos, profesorado e inscripciones puede consultarse en la página web del COPIB.



Las islas vuelven a ser la comunidad con más denuncias por violencia sobre la mujer

Los juzgados contabilizaron 7.933 víctimas, pero muchas de ellas no quisieron declarar

J.F. MESTRE
Palma

Balears continúa encabezando la triste lista de número de casos de violencia de género de todo el país, una situación que se viene repitiendo desde los últimos años a pesar de los esfuerzos que se realizan para hacer frente a esta lacra social.

Según los datos facilitados por el Tribunal Superior de Justicia, los juzgados de Balears que cuentan con las competencias sobre los episodios de violencia sobre la mujer recibieron el año pasado un total de 7.933 denuncias. Esta cifra, porcentualmente, representa un aumento del 1,9% con respecto al año 2024. Todos estos casos están enumerados en la Sección de Estadística del Observatorio contra la Violencia Doméstica y de Género que se conocieron ayer.

Aunque han aumentado el nú-

La cifra sigue siendo muy alta, pero es un 1% inferior a las estadísticas del año anterior

mero de denuncias por episodios de violencia, detrás de este dato se sitúan un total de 7.263 mujeres de las islas que fueron las víctimas de estas situaciones cometidas en el ámbito familiar. La cifra sigue siendo muy alta, pero es un 1% inferior a las estadísticas del año anterior.

Así, en los datos estadísticos se destaca de que hubo 1.240 mujeres que sufrieron violencia que se acogieron a su derecho a no querer declarar contra el agresor, lo que representa un aumento del 23,5% con respecto al año anterior.

En cuanto a las denuncias, 4.719

fueron presentadas directamente por las mujeres que sufrieron este episodios de violencia, que acudieron personalmente a la comisaría o al juzgado. Otras 378 fueron presentadas por sus familiares.

También se contabilizaron el año pasado 1.670 casos que respondieron a actuaciones realizadas por las fuerzas de seguridad. Los juzgados recibieron 909 partes de lesiones de las víctimas atendidas por las fuerzas de seguridad o por los servicios de asistencia, y 257 tramitadas por otras administraciones.

De las 7.263 mujeres que sufrieron estos episodios de violencia familiar, 4.025 eran de nacionalidad española. Las 3.238 restantes eran extranjeras, de diferentes nacionalidades.

Sigue siendo muy preocupante, según se refleja en el estudio estadístico, el elevado número de mujeres que prefieren mantenerse en silencio y no quieren declarar contra los agresores. Hubo 1.240 que no quisieron declarar y de ellas 654 eran de nacionalidad española y las 586 restantes eran extranjeras.

Por otra parte, dentro de la instrucción de estas denuncias que se tramitaron en los distintos juzgados de Balears, tanto los de guardia, como los especializados en esta violencia familiar, se solicitaron un total de 2.218 solicitudes de orden de protección, pero no todas se aprobaron. Así, los jueces otorgaron 1.734 órdenes y, por lo tanto, las 483 restantes se rechazaron.

Mientras que a nivel nacional la cifra se sitúa en 74 víctimas sobre estas 10.000 mujeres, el ratio de Balears alcanza la cifra 115,8, lo que evidencia una situación muy preocupante. Este aumento de casos no solo se produce en el archipiélago, sino que se repite también en Navarra, comunidad valenciana, Canarias, Murcia, Andalucía y Madrid. ■

La asociación Autismo Mallorca organizó una jornada de sensibilización gratuita en Palma, con motivo del Día Mundial del Autismo, para ofrecer información y recursos a familias

«Los autistas suelen pedir disculpas constantemente»

ENRIQUE CASANOVA
Palma

La sede del Casal de Barri Joan Alcover, en Palma, acogió este sábado una jornada de sensibilización y formación sobre el autismo, organizada por la asociación NNST/Autismo Mallorca, con motivo del Día Mundial de este trastorno, celebrado el pasado 2 de abril.

El encuentro, de acceso gratuito y abierto a toda la ciudadanía, reunió a una docena de padres interesados en comprender mejor el autismo desde una perspectiva centrada en el pensamiento del individuo.

Durante todo el día, entre las 9:30 y las 19 horas, se desarrollaron diferentes bloques temáticos centrados en cuestiones clave, como el funcionamiento del cerebro autista, el procesamiento sensorial, la diversidad comunicativa, la selectividad alimentaria o el bienestar en las personas autistas. Las sesiones combinaron pequeñas explicaciones con espacios de conversación y participación colectiva entre los asistentes.

Charlas

Las charlas se estructuraron en sesiones de aproximadamente una hora, separadas por breves pausas. Por la mañana, las sesiones fueron más introductorias,

con el objetivo de que los asistentes comprendieran todo lo que hay que saber sobre el autismo. Mientras tanto, por la tarde, se trataron cuestiones relacionadas con el bienestar y el camuflaje social. La jornada concluyó con una dinámica participativa en la que los asistentes pudieron plantear preguntas y compartir experiencias.

Debate entre los asistentes

El psicopedagogo especializado en neurodivergencias y experto en autismo, **Carlos Jiménez**, fue el encargado de conducir las charlas, que se desarrollaron en formato de exposición breve seguida de tertulia abierta. De este modo, los asistentes pudieron compartir experiencias personales, plantear dudas y debatir sobre los distintos temas tratados.

Durante su intervención, Jiménez destacó algunos aspectos relevantes que afectan a muchas personas autistas. «Hay estudios que dicen que las personas autistas duermen menos que las personas neurotípicas», explicó durante las primeras charlas del día.

El experto en autismo también abordó el tema del camuflaje social, señalando que «los autistas suelen pedir disculpas constantemente, aumentar el uso de gestos



Charlas sobre autismo en Palma.

Manu Mielniezuk



La asociación habilitó un espacio en su oficina para los niños.

e intentar buscar expresiones para relacionarse con la gente», entre otras estrategias.

Espacio para niños

Además de las charlas, la asociación habilitó un espacio en su oficina para que los niños pudieran participar en actividades lúdicas como juegos de mesa, pompas y otras propuestas de ocio en un

ambiente pensado para ellos.

La idea, según **Tamara Beier**, presidenta de la asociación Autismo Mallorca, era que «mientras los niños realizaban estos juegos, los padres podrían acudir tranquilamente a las charlas».

Facilitar información

Según explicó Beier, el gran objetivo de todas estas jornadas es

«facilitar el acceso a información y recursos a todas las familias, especialmente a aquellas que no pueden permitirse formación especializada».

La presidenta de la asociación Autismo Mallorca también subrayó que «las familias necesitan herramientas y ayudas, y que ellos están aquí para proporcionárselas». ■

INCLUSIÓN

EDUCAR DESDE LOS HOGARES

SAI-DIC, un programa pionero para ayudar a niños con discapacidad

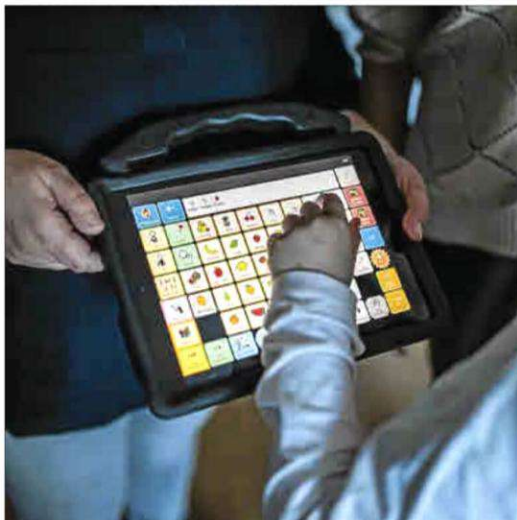
► El IMAS pone en marcha un servicio de atención especializada a domicilio para menores, de más de seis años con **alteraciones de la conducta**, con el objetivo de mitigar la sobrecarga de sus cuidadores

Itziar F. Landero | PALMA

Desde las entidades que trabajan con personas con discapacidad intelectual hacia ya tiempo que se advertía del creciente número de niños que su diagnóstico incluía cuestiones relacionadas con alteraciones de la conducta. Cuando María Francesca Rigo tomó el testigo como directora insular de Personas con Discapacidad del Consell de Mallorca, tuvo claro que había que hacer algo al respecto. Así surgió el Servio de atención integral a domicilio para niños con discapacidad intelectual y alteraciones de conducta (SAI-DIC) que el IMAS ha puesto en marcha este año.

Un programa pionero en España dirigido a menores que han acabado su paso por atención temprana, en el que se les da atención a domicilio para mitigar la sobrecarga de los padres y marcar pautas para facilitar el día a día en los hogares. El servicio es para niños de 7 a 12 años, aunque dadas las necesidades especiales de éstos, se ofrece de manera flexible hasta los 18 años como máximo.

Hay disponibles 100 plazas, de las cuales ya hay ocupadas la



Martina se hace entender con lenguaje de signos y un comunicador.

mitad. «A cada familia se le asigna un educador y un psicólogo. El psicólogo hace una observación y una evaluación inicial. Se hace un informe y a partir de aquí el educador se pone de acuerdo con la familia para tra-

zar el plan del menor», explica Rigo. El equipo está formado por ocho educadores, un terapeuta ocupacional y tres psicólogos generales sanitarios. La captación

Continúa en la página siguiente ►►



» Viene de la página anterior

comenzó con una lista de niños a los que el Institut Balear per a la Salut Mental de l'Infancia y l'Adolescencia (IBSMIA) ya hacía seguimiento y se han ido adhiriendo familias que ya estaban en la red o han oído hablar del programa.

Toñi es una de las usuarias, a su hija Martina, de diez años, le faltan 75 genes de los cromosomas 2 y 10. No habla, tiene un problema cognitivo severo y rasgos autistas. Desde hace unos meses una educadora, Celeste, acude un día a la semana a su domicilio. Para Martina se ha diseñado un plan específico de trabajo con varios objetivos: una rutina para vestirse por las mañanas, mejorar su comunicación y su regulación emocional.

«La ropa ya está preparada y se va secuenciando», dice Celeste. Martina ha aprendido que debe quitarse el pijama e ir poniéndose cada prenda, con unos tiempos marcados y la ayuda de pictogramas. «Tiene un tiempo para vestirse, para desayunar y ver dibujos en la televisión. Si se lo gasta en pelear, no tiene dibujos», dice Toñi. Con estas pautas Celeste y Toñi han conseguido que Martina pase de vestirse, entre riñas, en tres cuartos de hora a en diez minutos.

«Aplicas todo lo que has



Martina, compartiendo tiempo con su madre Toñi y Celeste.



«El gran objetivo es que se adquieran las pautas, mejore la conducta y los niños puedan relacionarse mejor con el mundo»

Celeste Puertas
EDUCADORA DEL IMAS

aprendido pero siempre hay algo que se te escapa, hay cosas que no las ves y llega otra persona y te soluciona el problema en cero coma», comenta Toñi. Otra disputa frecuente en casa de Toñi hasta hace poco estaba relacionada con el yogur. Martina solo se come el yogur si es de un sabor y una marca concreta. Por eso Celeste, le propuso que guardara el envase de ese producto en con-

creto, lo plastificara y lo usara para tapar los envases de yogur de otras marcas. «Acompañamos a las familias con las herramientas que ya tienen y le damos otra visión, para que se apliquen de una manera diferente», dice Celeste.

Acude al domicilio dos horas, para la rutina de vestir, pero más adelante Celeste irá por las tardes para enfocarse más en los otros objetivos. Martina entiende el lenguaje de signos y habla con un comunicador, una tablet con pictogramas que reproduce palabras. Celeste también apoya a Toñi en casos puntuales. Por ejemplo, el día de la entrevista, ambas fueron con Martina al oculista para que se probara unas gafas. Hace un año que Toñi tiene la receta de las gafas y ha intentado tres veces ir con su hija a por ellas pero «ha sido imposible». Por eso le pidió ayuda a Celeste.

Celeste atiende a seis familias más: «El rasgo común de todas es que están sobrecargadas y se sienten muy solas. Lo esencial es rebajar la sobrecarga. El gran objetivo del programa es que se adquieran las pautas, mejore la conducta y puedan relacionarse mejor con el mundo para que el día de mañana [los hijos] no tengan que estar obligatoriamente institucionalizados», añade.

Facilitar. Sobre estas líneas, Celeste juega con Martina. A la izquierda, Celeste explica a Toñi el truco del yogur para facilitarle la vida y evitar una pelea con su hija. Fotos: MAC.

05 -04-2026 DIARIO DE MALLORCA

Educación

Más de 120 profesionales se forman en detección de altas capacidades

El programa formativo de la Dirección General de Salud Mental de las Illes Balears abordó la definición de las altas capacidades y su detección temprana

REDACCIÓN
Palma

Un total de 125 profesionales del Servicio de Salud y del ámbito educativo, entre ellos psicólogos clínicos, psiquiatras, pediatras, orientadores educativos y personal de enfermería especializado en salud mental, han participado en un programa de formación organizado por la Dirección General de Salud Mental de las Illes Balears.

La capacitación se centró en la identificación y atención de personas con altas capacidades intelectuales (ACI). Este es un colectivo que, según los expertos, requiere un abordaje especializado tanto en el ámbito sanitario

como en el educativo.

La formación, impartida de manera presencial en Palma, Inca, Menorca y Eivissa, constó de seis horas y estuvo dirigida por Rosabel Rodríguez Rodríguez, doctora en Psicopedagogía, licenciada en Psicología y logopeda, y profesora titular de Psicología Evolutiva y de la Educación en la UIB.

Definición

Durante las sesiones se trataron cuestiones como la definición y tipologías de las altas capacidades, mitos y consecuencias asociados a estas, la detección temprana, la identificación de capacidades ocultas y estrategias de intervención tanto en el entorno familiar como escolar.



Salud Mental forma a un centenar de profesionales.

El objetivo del programa es dotar a los profesionales de herramientas y conocimientos para realizar una detección precoz y diseñar intervenciones terapéuticas y de apoyo sociofamiliar ajustadas a las necesidades de cada persona con ACI.

Problemas académicos

La falta de identificación temprana puede derivar en dificultades académicas, bajo rendimiento, desmotivación, problemas de autoestima, aislamiento social e incluso trastornos emocionales.

Este tipo de formación se enmarca en los objetivos del nuevo Plan Estratégico para el Bienestar Emocional y la Salud Mental de las Illes Balears (2025-2032), que contempla la formación continua de los profesionales y la sensibilización social sobre salud mental.

Desapercibida

Según los especialistas, a pesar del potencial de las personas con altas capacidades, con frecuencia esta característica pasa desapercibida o se retrasa su detección. Esto puede derivar en dificultades académicas, bajo rendimiento, desmotivación, problemas de autoestima e incluso aislamiento social y trastornos emocionales, entre otros. ■

OLGA PEREDA
Madrid

Relaciones familiares

La pubertad y los continuos conflictos mal encarados hacen que las mujeres, que siguen cargando con el cuidado logístico y emocional de los hijos, vivan esta etapa con estrés crónico y agotamiento emocional

El 'burnout' agota a las madres de adolescentes

Tras una primera infancia más dura de lo que cuentan, infinitas noches de sueño interrumpido o inexistente y una lucha diaria para educar y moldear a los hijos, llega la adolescencia y todas las etapas anteriores parecen una broma. De un día para otro, dejan de ser niños. «Convivir con un adolescente es convivir con una atmósfera radiactiva», asegura, tirando de humor, el psicólogo y educador Jaume Funes, que lleva varias décadas divulgando y escribiendo acerca de la pubertad, una etapa vital crucial que suele coincidir con la entrada en ESO y que dispara en muchas familias –sobre todo en las madres, que siguen cargando con el cuidado logístico y emocional de los hijos– el fenómeno del *burnout*, el sentirse quemado.

El estrés crónico, el desgaste y el agotamiento emocional no son exclusivos del mundo laboral, sino que extienden sus tentáculos a los hogares. Un reciente estudio elaborado por la organización Make Mothers Matter entre 10.000 madres de 11 países de la Unión Europea (UE) asegura que el *burnout* afecta al 21% de las madres españolas frente al 18% de las europeas. Casi la mitad de las encuestadas tiene más de 40 años, una época en la que se suele buscar «paz biológica y social», en palabras de Funes.

El miedo que atenaza a las madres a que «algo se estropee» en la vida de sus hijos y la incertidumbre ante las nuevas preocupaciones de los chavales (redes sociales, alcohol, amistades, estudios...) no permite esa deseada estabilidad. «No es que te quemes, es que vives en un horno», bromea el psicólogo.

Sobreexigencia autoimpuesta

La adolescencia es una etapa muy retadora en los hogares dado que el desarrollo biológico de los chicos hace que se aparten de los progenitores, incluso les rechacen, para convertir a sus iguales (sus amigos) en una tribu sagrada que les genera oxitocina, la hormona del bienestar. «Muchas madres ven esto como un pérdida de respeto y no es así. Hemos aprendido que el conflicto es malo. Son gritos, silencios incómodos y peleas. Pero el conflicto es, sencillamente, una manera de comunicar necesidades, las tuyas y suyas. Nos resulta incómodo sostener el enfado de los hijos y huimos del conflicto. Pero no deberíamos», asegura la educadora Diana Al Azem, que, precisamente, acaba de publicar *Madres quemadas, cómo cuidar sin arder en silencio* (Plataforma Editorial).

En opinión de Al Azem, las madres se queman porque, en parte,

son incapaces de dejar atrás la sobreexigencia autoimpuesta desde la primera infancia. «Queremos que nuestros hijos sean los más guapos, los que mejor comen y los que mejores notas sacan. Parece que todo eso nos da más valor como madres. Si nuestros hijos rozan la perfección, somos las mejores madres del mundo», critica la divulgadora, que insta a deshacerse de tanta presión. «La autoexigencia nos lleva a pensar que tenemos que preparar comidas sanas, tener las emociones muy reguladas, ordenar la casa, gozar de una relación de pareja feliz, tener un cuerpo estupendo y una vida social activa. Es imposible cumplir con una lista así», concluye la autora, que destaca que el valor como madre tampoco depende del aplauso de

«Es incómodo sostener el enfado de los hijos y huimos, no deberíamos»

«El autocuidado son los pequeños momentos del día en los que paras, simplemente»



Mikel Belategui

Una madre, entrando a la habitación de su hijo.

los hijos, algo que, precisamente, escasea en la adolescencia.

Cóctel hormonal

La pubertad y los continuos conflictos mal encarados disparan el *burnout* maternal en muchas mujeres, que además sufren su propio cóctel hormonal debido a la perimenopausia o menopausia. «La bajada de estrógenos hace caer también la paciencia», añade Al Azem. Rendirse no es una opción dado que la conexión emocional con los adolescentes es fundamental. «Ha demostrado ser un factor protector frente a trastornos mentales y conductas de riesgo, como el consumo de drogas», explica la maestra y psicopedagoga Sonia Iglesias en *Cuando la adolescencia duele*. Por su experiencia,

Iglesias sabe que brindar afecto al adolescente es clave para su bienestar físico y emocional.

La corteza prefrontal del cerebro –la parte con la que tomamos decisiones y controlamos impulsos– tarda más en madurar que el sistema límbico, el *reino de las emociones* que en la pubertad funciona a pleno ritmo, entre otros motivos, por las hormonas. Con su cerebro inmaduro, los adolescentes practican una forma de vida que exaspera a los adultos. «Se llama presentismo», explica el profesor Jordi Nomen, que añade que los chavales viven la vida apasionadamente y sin considerar riesgos. «Así es la juventud: intensa, arrojada y fuerte», concluye el divulgador.

La infancia se termina en torno a los 11 años o 12 años (que coincide con la entrada en secundaria) y a partir de los 13 aparece la adolescencia, que da (en teoría) sus últimos coletazos al final de ESO y principios de bachillerato (16 y 17 años). «Tienes derecho a desespertarte, pero la pubertad no es una realidad idílica. Toca que tus hijos te saquen de quicio», repite Funes, quien aconseja a madres y padres recordar su propia adolescencia. «Debemos tener una mirada comprensiva hacia ellos. Pretender ser su colega es absurdo. Lo que hace falta es entenderles, no justificarles», destaca.

Prevenir y curar

Al Azem insiste en que el *burnout* maternal se puede prevenir. Para ello es necesario entender muy bien la pubertad. «La de libros que tienen las madres sobre parto, lactancia, colecho, alimentación complementaria y sueño. Llega la adolescencia y pensamos que ya está todo el trabajo hecho. Pero no, también es una etapa que requiere mucho compromiso y mucha información por nuestra parte».

Todos los divulgadores repiten que los hijos adolescentes no son el enemigo sino que, simplemente, atraviesan un periodo lleno de inseguridades. «No hay que sobrevivir a la adolescencia sino transitarla con empatía, comprensión y apertura», explica Iglesias. «Y también con líneas rojas», añade Al Azem respecto a la importancia de saber decir que no. La autora de *Madres quemadas* ofrece recetas para curar la quemazón: desde el autocuidado hasta la red de apoyo con otros progenitores que están atravesando la misma situación. La divulgadora puntualiza que cuidarse a una misma no es agendar ratos libres para dar paseos, ir al cine o al gimnasio. «El autocuidado son pequeños momentos del día a día en los que, sencillamente, paras. Por ejemplo, disfrutar de una ducha calentita, pero no aprovechar para limpiar las mamparas y dejarlas impolutas». ■

IRENE R. AGUADO
Palma



Salud

Un programa pionero adapta el tratamiento del cáncer hematológico a los mayores

Los hospitales Son Llàtzer y Joan March coordinan un modelo que analiza no solo la enfermedad, sino también la situación física, emocional y social del paciente

Los hospitales Son Llàtzer y Joan March han puesto en marcha un programa pionero en Balears para mejorar la atención a pacientes mayores de 65 años con cáncer hematológico, un perfil cada vez más frecuente y también más complejo de tratar. La iniciativa, que cumple ahora un año, introduce un cambio de enfoque por el que ya no se trata solo la enfermedad, sino a la persona en su conjunto. «Intentamos tener una visión global porque todo contribuye a mejorar la calidad de vida», resume la geriatra y coordinadora médica del Hospital Joan March, Beatriz Fuertes.

El programa integra de forma coordinada a hematólogos, geriatras, enfermeras, fisioterapeutas, psicólogos y trabajadores sociales, y conecta distintos niveles asistenciales: hospital de agudos, hospital de atención intermedia y Atención Primaria. El objetivo es adaptar los tratamientos a la situación real de cada paciente, que a menudo presenta fragilidad, varias enfermedades a la vez o problemas funcionales.

«En el abordaje clásico cada médico trata una parte, pero el paciente mayor no funciona así», explica Fuertes: «Tiene necesidades a nivel físico, emocional, social, nutricional... y todo eso influye en cómo va a tolerar el tratamiento», añade. El eje del programa es la llamada valoración geriátrica integral, una evaluación que analiza desde la autonomía del paciente hasta su estado cognitivo o su situación social. A partir de ahí, el equipo diseña un plan individualizado.

«En una sola visita abordamos todo y tomamos decisiones conjuntas», señala la geriatra: «Vemos si el paciente come bien, si duerme, si tiene dolor, si ha dejado de caminar... cosas que a veces pasan desapercibidas, pero que marcan la diferencia». Ese enfoque permite ajustar mejor los tratamientos: «Hay pacientes mayores que pueden recibir un



El equipo de Hematología de Son Llàtzer y Joan March que participa en el programa.

Participan médicos, enfermeras, fisioterapeutas o psicólogos

Atienden a una veintena de pacientes al mes y se han constatado menos ingresos y efectos secundarios



Beatriz Fuertes, geriatra y coordinadora médica del Hospital Joan March.

tratamiento completo y otros que necesitan adaptaciones», explica.

El circuito arranca en Son Llàtzer, donde el hematólogo hace un primer cribado y deriva a los pacientes más complejos. A partir de ahí, Fuertes se desplaza periódicamente al hospital para pasar consulta conjunta y también atiende a pacientes ingresados. Si necesitan recuperación funcional o convalecencia, se trasladan al Hospital Joan March. «Nos adaptamos al paciente, no al revés», resume: «Si tiene que estar en un hospital de agudos, en consulta o en un hospital de atención intermedia, lo organizamos nosotros».

El programa atiende a una veintena de pacientes al mes entre consultas y hospitalización, aunque la cifra varía en función de la demanda: «Lo importante es que identificamos a pacientes frágiles a tiempo y podemos intervenir antes de que se compliquen», apunta. Después de su primer año, aseguran desde Son Llàtzer, se ha constatado un mejor control de otras enfermedades, menos efectos secundarios de los tratamientos y menos ingresos evitables: «Si mejoramos factores como la nutrición, el sueño o el dolor, el paciente tolera mejor la quimioterapia, evoluciona mejor y tiene más calidad de vida», explica Fuertes.

La geriatra asegura además que el modelo también beneficia al sistema: «Es más eficiente, porque evitamos complicaciones y visitas innecesarias», añade. El programa, liderado por el jefe de Hematología de Son Llàtzer, Joan Bargay, junto con la hematóloga Raquel del Campo y la doctora Fuertes, es el único de estas características en Balears, aunque ya existen modelos similares en la península.

Arrancó de forma progresiva y ha ido creciendo a medida que se incorporaban más profesionales; ahora, el objetivo es consolidarlo e incluso extender el modelo: «Es replicable y se podría llevar a otros hospitales, porque está demostrado que mejora la calidad de vida y la atención a estos pacientes». ■

El Govern incrementa un 90% las plazas residenciales para personas con trastorno mental grave durante esta legislatura

Pasa de 64 plazas de vivienda supervisada a 120 entre vivienda supervisada y pisos compartidos

REDACCION

La Conselleria de Familias, Bienestar Social y Atención a la Dependencia ha incrementado un 90% las plazas residenciales para personas con trastorno mental grave durante esta legislatura, pasando de 64 plazas de vivienda supervisada a un total de 120 plazas, gracias a la incorporación de nuevos recursos como los pisos compartidos.

Este refuerzo de la red pública se enmarca en el compromiso del Govern con el derecho a una vivienda digna con apoyo y con la atención comunitaria de las personas con problemas de salud mental.

En este contexto, la consellera **Sandra Fernández** ha visitado en Sa Pobra el nuevo servicio de vivienda supervisada gestionado por la Fundación Es Garrover, acompañada por la directora general de Atención a la Dependencia, **María Castro**, y por el gerente de la entidad, **Gori Molina**. Se trata de un recurso con 6 plazas que cuenta con una inversión de 636.292,98 euros para un concierto de dos años.

Este nuevo equipamiento ofrece acompañamiento personalizado y apoyo en la vida diaria a personas con trastorno mental, fomentando su autonomía y su integración social, y se suma a la red de recursos comunitarios existentes en las Illes Balears.



La consellera Sandra Fernández visita en Sa Pobra un nuevo recurso que forma parte de este refuerzo de la red pública.

Actualmente, la red pública de atención residencial para personas con trastorno mental grave cuenta con 70 plazas de vivienda supervisada y 50 plazas en el nuevo recurso de pisos compartidos.

Pisos compartidos

Estos pisos compartidos, impulsados durante esta legislatura, están concertados con entidades del tercer sector por un importe de 3,9 millones de euros para tres años y permiten dar respuesta a diferentes niveles de autonomía y necesidades de apoyo.

Además, la red se completa con otros

recursos como la residencia Can Raspalls, en Eivissa, con 29 plazas, así como servicios comunitarios que refuerzan la atención integral, el soporte socioeducativo a domicilio (187 plazas), el servicio de acompañamiento (105), los servicios ocupacionales (278) y el centro de día (20), alcanzando un total de 739 plazas en la red pública.

La consellera ha destacado que "seguimos avanzando hacia un modelo de atención más comunitario, que permita a las personas vivir en su entorno con los apoyos necesarios", y ha subrayado que "estos recursos no solo garantizan un techo, sino también oportunidades, autonomía y proyecto de vida".

En 2025, un total de 163 personas han sido atendidas en los servicios residenciales de la red pública de salud mental en las Illes Balears.

Más apoyo a las personas con deterioro cognitivo

La consellera **Sandra Fernández** y la directora general de Atención a la Dependencia, **María Castro**, también han visitado la Llar de la Memòria, una entidad sin ánimo de lucro que atiende a personas con demencias y acompaña a sus familias en la comarca. El centro ofrece un servicio de atención diurna con un enfoque integral, orientado a mejorar la calidad de vida de las personas usuarias y a dar soporte a su entorno familiar.

Actualmente, la Llar de la Memòria dispone de 30 plazas de centro de día, de las cuales 24 están concertadas con la Conselleria desde diciembre de 2023, incorporando así este servicio a la red pública por primera vez. Este concierto cuenta con una financiación de 1,09 millones de euros hasta 2027, lo que garantiza su estabilidad y continuidad. Además, la Conselleria ha destinado 15.207 euros al programa de estimulación cognitiva del centro, reforzando la atención a las personas con deterioro cognitivo y el apoyo a sus familias.

Salud constituye la Comisión para la lucha contra el estigma asociado a los problemas de salud mental

REDACCION

La consellera de Salud, **Manuela García**, ha presidido el acto de creación de la Comisión para la lucha contra el estigma asociado a los problemas de salud mental de las Illes Balears, con la cual se refuerza la gobernanza de la salud mental y se da una respuesta pública más coordinada y más eficiente. Se trata de un órgano colegiado adscrito a la Conselleria de Salud que supone un paso adelante en la consolidación de una estructura estable, transversal e interdisciplinaria en la lucha contra el estigma. La constitución de esta



Imagen de la creada comisión.

comisión con un reconocimiento jurídico, funciones definidas, composición estable y mecanismos de funcionamiento y seguimiento permite ir más allá de la voluntariedad del grupo de lucha contra el estigma existente que se puso en marcha en 2019.

Ahora, este nuevo órgano de carácter consultivo de participación, coordinación y asesoramiento en la lucha contra el estigma asociado a las enfermedades mentales que todavía afecta a muchas personas y está presente en nuestra sociedad garantiza continuidad, solidez y un marco de funcionamiento claro y estable. La comisión fun-

ciona en pleno y en grupos de trabajos que se pueden crear a efectos de estudiar los diferentes asuntos que se le sometan.

La comisión está formada por profesionales especializados y con experiencia de intervención en el ámbito de la salud mental de la Dirección General de Salud Mental, del Servicio de Salud de las Illes Balears, de la Conselleria de Familias, Bienestar Social y Atención a la Dependencia, de la Conselleria de Educación y Universidades, del Instituto Balear de la Mujer, de los Consells insulars, de la FELIB y del Ayuntamiento de Palma.

Salud Mental imparte en la Llar d'Eivissa dos talleres de gestión emocional dirigidos a personas mayores de 65 años

REDACCIÓN

La directora general de Salud Mental, **Carme Bosch**, y la consellera ejecutiva de Bienestar Social, Familia e Igualdad del Consell de Eivissa, **Carolina Escandell**, han asistido al taller grupal de herramientas para la gestión emocional para personas mayores de 65 años que ha tenido lugar en la Llar de Eivissa. Esta tarde se impartirá un segundo taller. Han estado acompañadas por la directora de la Llar de Eivissa, **Marilú Jaén**, y la jefa de servicio de Coordinación y Planificación en Salud Mental, **Lola Gabaldón**. El objetivo de los talleres promovidos por la Dirección General de Salud Mental, con la colaboración del Consell de Eivissa, es ayudar a las personas mayores a vivir de una forma más natural las emociones, enseñándoles a reconocerlas, a identificarlas, a expresarlas y a gestionarlas para reforzar su autonomía y su bienestar emocional. Están im-



Un momento del taller.

partidos por la formadora **Mónica Macrescu**, licenciada en Psicología y Psicopedagogía, y con más de 35 años de experiencia ayudando a las personas a gestionar sus emociones y a mejorar su bienestar.

La directora general de Salud Mental, **Carme Bosch**, ha

señalado que «estos talleres son una oportunidad para promover espacios seguros donde las personas mayores puedan expresarse, compartir experiencias y adquirir recursos emocionales que contribuyen a mejorar su bienestar psicológico y a reforzar su red de apoyo» para un colectivo, las personas

mayores de 65 años, que forman parte de una generación que, en gran medida, creció en un contexto social y educativo en el que no se fomentaba ni la expresión ni la gestión de las emociones».

En este sentido, la consellera ejecutiva de Bienestar Social, Familia e Igualdad del Consell

de Eivissa, **Carolina Escandell**, ha destacado que esta iniciativa «se enmarca en el conjunto de actividades que se desarrollan desde la Llar de Eivissa y dentro del programa Eivissa en Gran, orientadas a promover un envejecimiento activo, saludable y con espacios de socialización».

10 -04-2026 ÚLTIMA HORA

P. C. | PALMA

A la hora de buscar soluciones, los agentes sociales coinciden en la necesidad de reforzar la atención primaria y especialidades como traumatología y salud mental, así como en mejorar la coordinación entre el sistema público, la Seguridad Social y las mutuas para acortar los tiempos de recuperación. En este sentido, la presidenta de CAEB, Carmen Planas, valora «muy positivamente» que se haya activado el convenio suscrito entre el Instituto Nacional de la Seguridad Social, el Govern, las mutuas colaboradoras y la asociación de Mutuas de accidentes de Trabajo (AMAT) con la constitución, el

Sindicatos y patronales reclaman una mayor inversión en atención primaria y salud mental

► Coinciden en la necesidad de una mayor **coordinación** entre el sistema público, la Seguridad Social y la mutuas para acortar plazos

pasado jueves, de su comisión de seguimiento.

CCOO propone reforzar la Inspección Médica, al igual que CAEB, y actualizar los tiempos de referencia de la incapacidad temporal, vigentes desde 2017. Reclama una mayor transparencia y acceso a datos compartidos entre administraciones, y considera imprescindible mejorar la detección del origen laboral de ciertas patologías y la formación

de los profesionales.

Pimem defiende recuperar el papel de las mutuas para reforzar el seguimiento desde las primeras fases y facilitar una reincorporación más ágil, sobre todo en pymes sin recursos propios. También propone revisar el acceso a la información sobre las bajas para mejorar la prevención y el control, sin poner en cuestión los derechos de los trabajadores.

Desde UGT plantean reducir

la jornada laboral, reforzar la prevención de riesgos y ampliar los reconocimientos médicos incorporando la salud mental. También pide mejorar los protocolos frente al acoso, aumentar la inversión sanitaria para acortar los tiempos de atención y evitar altas médicas prematuras.

Centrales sindicales y patronales coinciden en la necesidad de reforzar la inversión sanitaria.

IBdona destinará 600.000 euros a proyectos contra la violencia machista

EUROPA PRESS
[Palma](#)

El IbDona destinará a lo largo de este año un total de 600.000 euros a la financiación de proyectos que fomenten la igualdad de oportunidades entre mujeres y hombres y la prevención y erradicación de la violencia machista. Lo hará a través de dos convocatorias de subvenciones con un importe de 300.000 euros cada una, según ha informado la Conselleria de Familias, Bienestar Social y Atención a la Dependencia en un comunicado.

Una de las convocatorias se dirige a proyectos que encajen en programas y acciones dirigidos a apoyar al asociacionismo y la participación de las mujeres en todos los ámbitos en general. La otra, al mismo tipo de programas y acciones pero dentro del ámbito de la salud mental o la discapacidad. Los que se enmarquen en la modalidad A contarán con 200.000 euros y los de modalidad B se dirigirán 100.000 euros para subvenciones relacionadas con proyectos de investigación, estudios y otros trabajos técnicos. ■

Aumentan un 22% las llamadas a IBDona por violencia machista

El incremento se debe a la «mayor visibilidad del servicio», según ha señalado la directora del Instituto Balear de la Mujer, Cati Salom, quien, además de presentar la memoria de 2025, ha mostrado el nuevo 'spot' publicitario

NAIR CUÉLLAR
Palma



Aumentan un 22% las llamadas por violencia machista en Balears. El Servicio de Atención 24 Horas (S24H) del IBDona cerró el ejercicio 2025 con un volumen de actividad que refleja la cronificación de la violencia machista en el archipiélago, pero también una mayor respuesta institucional. Según los datos que se presentaron ayer por la directora de la entidad, Cati Salom, el servicio atendió un total de 4.562 llamadas, lo que supone un incremento del 22,2% respecto al año anterior. Este aumento, que sitúa la actividad en una media de trece contactos diarios, responde en gran medida «a la mayor difusión de los recursos y a la consolidación de herramientas accesibles para toda la ciudadanía», según explicó la responsable.

Durante la rueda de prensa, Salom puso en valor el esfuerzo humano que sostiene este recurso público. «Es un trabajo muy importante el que realizan estas 16 personas las 24 horas, los 365 días del año», destacó la directora, subrayando que el servicio ofrece una atención integral que incluye asesoramiento social y jurídico a través del teléfono gratuito 900 17 89 89. Para reforzar esta visibilidad, cabe destacar que el IBDona ha lanzado un nuevo vídeo informativo que será proyectado, desde ayer, en salas de espera de centros sanitarios y otros espacios públicos



Imagen del 'spot' publicitario del servicio del IBDona.

con el fin de que ninguna mujer ignore los recursos a su alcance.

43 llamadas por abuso infantil

Más allá de las cifras generales, la memoria técnica de 2025 revela una compleja red de violencias superpuestas. Aunque el 91,3% de las llamadas corresponden a violencia de género en el ámbito de la pareja, los datos internos muestran que las agresiones no son estancas. La violencia psicológica sigue siendo la más detectada, presente en casi la mitad de las consultas, pero destaca el registro de 428 llamadas por

La violencia psicológica sigue siendo la más detectada, presente en casi la mitad de las consultas

violencia vicaria. En el apartado de violencia sexual, la memoria detalla una realidad preocupante: de las 255 llamadas registradas por este motivo, 167 fueron por agresión sexual y 43 estuvieron vinculadas a casos de abuso sexual infantil.

La radiografía de las usuarias

muestra que la mayoría de quienes contactan con el centro son las propias víctimas (70,8%), aunque existe un peso relevante de profesionales de otros servicios que representan el 21,5% de las llamadas. En cuanto al perfil sociodemográfico, el grueso de la atención se concentra en mujeres de entre 31 y 40 años, de nacionalidad española, seguidas por residentes de origen colombiano, argentino, italiano, brasileño, británico y peruano. Por islas, Mallorca aglutina el 80,6% de la demanda, seguida de Eivissa con 537 llamadas, Menorca con

CAIB

222 y Formentera, que registró 22 contactos durante todo el año.

Acompañamiento

Un pilar fundamental del servicio es el acompañamiento presencial, que en 2025 alcanzó las 631 intervenciones. Salom precisó que este apoyo puede ser activado de forma urgente o programada para acudir a juzgados, hospitales o incluso servicios sociales básicos.

«Ha habido casos en los que se les ha tenido que acompañar porque se sienten inseguras», explicó la directora, insistiendo en que ninguna solicitud quedó desatendida por falta de personal, ya que las cancelaciones registradas se debieron siempre a causas ajenas a la disponibilidad del servicio.

Como bien reflejó la directora del IBDona, la estructura del S24H se apoya en una estrecha coordinación con las fuerzas de seguridad. Actualmente, el 69,3% de las llamadas llegan directamente al 900 17 89 89, mientras que el resto son derivadas desde el 112 y el 016. Durante el año, se tramitaron 978 derivaciones a otros recursos de la red, de las cuales 72 terminaron en el ingreso en casas de acogida.

«Ahora, el servicio cataloga si la llamada se trata de violencia machista u otra cosa, pero sigue predominando que la mujer llama sobre todo por este motivo», concluyó Salom, señalando que el sistema de registro compartido entre instituciones es clave para garantizar un seguimiento constante de cada víctima. ■



Un momento de la inauguración del edificio que abre también el café T'Estim.

Fotos: FM.

Un nuevo espacio que cuida y protege la salud mental

► Estel de Llevant abre **Sa Ràfia** un edificio que será hogar, bar y punto de formación

F. Mari

«Esta antigua fábrica de rafia se convierte hoy en una fábrica de salud, oportunidades y esperanza». Con estas palabras la presidenta de la Fundación Estel de Llevant, Maria Nicolau, mostraba ayer su orgullo al inaugurar el edificio de Sa Ràfia, una antigua fábrica de rafia que ahora se convierte en un espacio multidisciplinar abierto a todos los ciudadanos pero donde tendrán un papel primordial las personas con un diagnóstico de salud mental.

Ubicado en la calle dels Pins de sa Torre, el edificio fue adquirido por Estel de Llevant hace tres años y tras una intensa reforma y reconversión se ha convertido en un espacio que ofrecerá nuevos servicios para personas

con un diagnóstico mental que permitirán ampliar y mejorar los servicios de vivienda, laboral y ocupacional, beneficiando directamente a 107 personas cada año.

En el primer piso se ubica una vivienda supervisada para 10 personas. Mientras que en la planta baja habrá locales para el servicio ocupacional, espacios de formación y, finalmente, una cafetería abierta al público, el Cafè T'Estim, donde también se formarán los usuarios. «Aquí contaremos con espacios de talleres para entrenar en habilidades laborales», explicó el gerente, Guillem Febrer mientras recordaba que Estel de Llevant atiende a unas 400 personas de 14 municipios. El proyecto ha supuesto una inversión de 2,2 millones de euros financiados por el Govern, mientras que equipar el bar-res-



Oliver, Fernández, Febrer y Prohens en la cocina de la nueva vivienda.



La primera planta es una vivienda supervisada con espacios comunes.

taurante ha sido gracias a la aportación de la Fundación La Caixa.

La inauguración de Sa Ràfia congregó a numerosos vecinos, usuarios, así como trabajadores del tercer sector. También estuvo presente la presidenta del

Govern, Marga Prohens, acompañada por la consellera Sandra Fernández, así como los alcaldes de Manacor, Miquel Oliver; Sant Llorenç, Jaume Soler y Artà, Manolo Galán. «Este es un espacio de oportunidades y de dignidad», señaló Prohens.

El Teléfono de la Esperanza triplica la demanda tras la pandemia

La depresión y la soledad pierden peso entre los casos atendidos frente a preocupaciones como el estrés y las autolesiones

ENRIQUE CASANOVA
Palma

El Teléfono de la Esperanza en Palma ha atendido un total de 98.540 peticiones de ayuda desde su implantación en 1986. Según explicó ayer Lino Salas, portavoz de la entidad, el Teléfono ha atravesado «tres etapas clave que muestran cómo ha cambiado tanto el perfil de las personas usuarias como los motivos de consulta».

La primera etapa, entre 1986 y 1996, estuvo marcada por la consolidación del equipo y del servicio de escucha activa a través del teléfono. Durante esos años, se registraba una media de 3.000 peticiones anuales. En ese periodo, predominaban las llamadas relacionadas con problemas psicológicos o psiquiátricos (4%), entre los que destacan la depresión (24,61%) y la soledad (18%). También aparecían cuestiones como las adicciones o el suicidio, aunque menos frecuentes.

En cuanto al perfil, la mayoría de personas que solicitaban ayuda eran mujeres (dos por cada hombre) y cerca del 70% tenía entre 35 y 60 años. Además, era frecuente que se tratara de mujeres casadas (27%), separadas (20%) o divorciadas (6%).

La segunda etapa, que abarca desde el año 2000 hasta 2019, estuvo caracterizada por un descenso en el número de usuarios, llegando a registrarse unas 1.150 personas atendidas anualmente en los años previos a la pandemia. En este periodo, surgieron nuevas problemáticas sociales como la ludopatía, la inmigración o la violencia de género.

El gran cambio llegó con la tercera etapa, entre 2020 y 2025, coincidiendo con la pandemia. Según Salas, este periodo «rompió el tabú del silencio y provocó un aumento significativo de la demanda», pues las peticiones se triplicaron y alcanzaron las 5.000 en 2022. De hecho, en esta última

etapa, se concentra una cuarta parte del total de solicitudes de ayuda de estos 40 años.

La pandemia también ha impulsado la adaptación del servicio con la creación del Chat de la Esperanza, que ha permitido llegar a nuevos perfiles, especialmente jóvenes. Actualmente, la entidad atiende desde menores de 12 años hasta personas mayores de 80, ampliando notablemente su alcance respecto a las primeras décadas. Este cambio también se refleja en los datos demográficos, pues en los últimos años, las mujeres representan el 58% de las personas atendidas, frente al 42% de hombres. En el chat, destaca especialmente el perfil de chica joven (52%) o mujer soltera (60%).

En cuanto a los motivos de consulta, aunque los problemas psicológicos generales siguen siendo los más frecuentes (38%), han perdido peso frente a nuevas preocupaciones. El estrés (9,45%)

Actualmente, un 58% de las personas atendidas son mujeres, frente al 42% de hombres

y la temática suicida (4,2%) han aumentado, mientras que la depresión ha descendido hasta el 7,3% y la soledad al 10%.

Sin embargo, es en el chat donde se detectan los casos más sensibles. Por ejemplo, un 20% de las consultas están relacionadas con temática suicida, seguidas de conflictos familiares (18%), depresión (10%), ansiedad (9%), soledad (6%) y autolesiones no suicidas (5%).

Estos datos demuestran que, a lo largo de estas cuatro décadas, el Teléfono de la Esperanza ha pasado de atender principalmente problemas ligados a las drogas, el paro o el alcohol, a enfrentarse a una demanda más vinculada a la salud mental y emocional. ■



El Teléfono de la Esperanza celebra 40 años en activo.

El Teléfono de la Esperanza, que atiende llamadas y chats, ofrece un curso el próximo 23 de abril para regular el estrés • El portavoz de la entidad balear, Lino Salas, alerta sobre la adicción al juego y a la pornografía entre los jóvenes

40 años ayudando a personas con problemas de salud emocional

El Teléfono de la Esperanza cumple cuatro décadas recibiendo llamadas, un acontecimiento que coincide con el Año Internacional del Voluntariado. La entidad, que ofrece atención gratuita a personas con problemas de salud emocional, pretende dar visibilidad a los problemas que experimentan muchas personas, como la ansiedad, la tristeza o la culpa.

Por este motivo, ayer se celebró un acto en su sede en Palma, donde acudieron la presidenta del entidad, **Maria Antònia Mateu**, el portavoz, **Lino Salas**, y el responsable de Acción Social de CaixaBank, **Diego Riera**. Durante el acto, presentaron el lema de este año, para el cual han elegido la frase *Cuidar desgasta*. Tal y como explica la entidad, «muchas personas cuidadoras tardan mucho en pedir ayuda porque sienten culpa por pensar en su propio bienestar, aunque es fundamental para evitar que el desgaste emocional se cronifique».

Desde su implantación en la isla, el servicio no ha dejado de funcionar ni un solo día. Asimismo, Mateu afirmó que «la entidad atiende tanto por vía telefónica como a través de chat, un canal cada vez más utilizado, especialmente entre los jóvenes».

Mateu destacó también la importancia de la formación, no solo para quienes finalmente ejercen como voluntarios, sino para cualquier persona interesada en mejorar su salud emocional. «Nos gusta que hagan los cursos porque es-

ENRIQUE CASANOVA
Palma



to ayuda a que todos seamos mejores desde el punto de vista emocional», afirmó. De hecho, a día de hoy, el equipo está formado por 30 voluntarios, que corresponden a diez hombres y 20 mujeres.

La mayoría de los usuarios que acuden al servicio presentan, como principal problema, el cansancio emocional. «Mucha gente que

La entidad atiende tanto por teléfono como a través de un chat, cada vez más utilizado por jóvenes

llama está cuidando a otras personas, pero no lo verbaliza al principio», explicó Mateu. En este sentido, la entidad ha querido dedicar este aniversario «especialmente a este colectivo, sin dejar de atender al resto de usuarios».

Además de la atención directa, el Teléfono de la Esperanza organiza talleres durante todo el año. El próximo 23 de abril, según anunció Mateu, comenzará «un curso sobre la gestión del estrés impartido por el psiquiatra **Mauro García Toro**, en una apuesta por la prevención y la educación emocional.

Por otra parte, Mateu compar-

tió algunas anécdotas que evidencian la complejidad de las situaciones que atiende el Teléfono de la Esperanza. Una de ellas fue el caso de «una mujer que llamaba preocupada por distintos problemas personales, sin identificar inicialmente el motivo de su malestar». Sin embargo, durante la conversación, «salió a la luz que sufría violencia por parte de su marido, según ella, porque se lo merecía». Este caso, según afirmó la presidenta, refleja «hasta qué punto algunas personas pueden llegar a normalizar situaciones de maltrato».

Por su parte, Salas alertó sobre nuevos fenómenos tecnológicos que están influyendo en la salud mental, especialmente entre los más jóvenes. Uno de ellos es el uso de *chatbots* como sustitutos de las relaciones personales. «Hay chicos que dicen que su asesor les ha recomendado llamar, y resulta que ese asesor es un *chatbot*», señala. Para Salas, este cambio refleja una transformación en la forma de relacionarse, pues «lo que antes hacíamos con amigos o familiares, ahora lo hacen con una máquina».

Asimismo, advirtió que actualmente existen «conductas de riesgo como la adicción al juego o el consumo de pornografía» en edades tempranas. De hecho, asegura que «hemos tenido casos de menores que utilizan la tarjeta de sus padres para jugar», por lo que reclama una mayor regulación por parte de las instituciones. ■

Efecto mariposa, el plan pionero para asistir a quienes pierden a un hijo

► SATSE-CIDEFIB recurre a la **simulación clínica** para entrenar a 72 comadronas

Elena Ballesterro | PALMA

Llamamos viudos a las personas cuyas parejas han fallecido y huérfanos a los hijos que pierden a sus padres, pero no tenemos una palabra con la que referirnos a los progenitores a los que se les muere un descendiente. Es el reflejo de cómo la sociedad se resiste a nombrar lo que considera inasumible por el dolor que provoca.

Cada año unas 2.000 familias en España pasan por ese proceso. Por cada mil bebés nacidos hay 3,89 que fallecen entre la semana 22 de embarazo y el primer mes de vida. La estimación estadística en Balears es de 34 decesos al año. Cuando se produce un caso de estas características se pone en marcha el 'Código mariposa', un código internacional que identifica con una mariposa morada la habitación de la familia alertando al personal de todos los servicios que la atienden de lo que está ocurriendo dentro para evitar preguntas o comentarios que aumentan su dolor.

Innovación y desarrollo

El sindicato de enfermería SATSE impulsa ahora a través del Centro de Innovación y Desarrollo de Enfermería y Fisioterapia de Baleares (CIDEFIB) el proyecto 'Efecto Mariposa', un programa pionero de simulación clínica que permite investigar y formar a las matronas simulando situaciones reales en un entorno seguro para entrenar la comunicación empática, el apoyo emocional y la gestión del impacto psicológico de la pérdida.

También prepara a las comadronas para evitar que sufran el síndrome de la 'fatiga por com-



Matrona y pacientes estandarizados en el centro de simulación.



«Acompañar a una familia en un duelo perinatal es una de las situaciones más complicadas a las que se enfrenta un sanitario»

Antonio González
COORDINADOR DE INVESTIGACIÓN

pasión', un estado de agotamiento físico, emocional y psicológico profundo que afecta a las personas dedicadas a cuidar o ayudar a otros, como son los sanitarios, cuidadores y trabajadores sociales, por su exposición al sufrimiento ajeno. Provoca una disminución de la capacidad de empatizar, irritabilidad, desesperanza y en los peores casos puede acabar en un bloqueo que les impida

actuar. Todos los casos simulados están basados en historias reales y son revisados por la asociación Estels del Cel que agrupa a familias que viven este tipo de duelo en las Islas. También revisan los casos comadronas expertas a partir de sus experiencias.

«Acompañar a una familia en un duelo perinatal es una de las situaciones más delicadas a las que se enfrenta un profesional sanitario y requiere de habilidades que van mucho más allá de la formación técnica clínica», explica Antonio González, coordinador del área de Investigación de SATSE CIDEFIB.

La respuesta especializada al duelo perinatal es una necesidad real del sistema sanitario y Efecto mariposa busca dar con una solución estandarizada que mejore la calidad de vida de las familias y de los sanitarios que las atienden en todos los centros de las Islas.

El proyecto está dirigido inicialmente a las matronas. En próximas fases se extenderá a médicos, psiquiatras y enfermeras de otras especialidades.

El programa medirá además el estado de las matronas que se enfrentan a casos de muerte y duelo perinatales, comprobando su impacto en los hospitales y creará una red de recursos para ellas y para las familias.

Nuevo recurso para personas con diagnóstico de salud mental financiado por el Govern con 2,2 millones de €

REDACCIÓN

La presidenta del Govern de las Illes Balears, **Margalida Prohens**, ha asistido a la inauguración del edificio Sa Ràfia de Estel de Llevant, en Manacor. Un nuevo equipamiento destinado a reforzar los servicios de atención a personas con diagnóstico de salud mental.

El proyecto ha contado con una inversión global de más de 2,2 millones de euros, de los cuales 2.189.824 euros han sido financiados por la Conselleria de Familias, Bienestar Social y Atención a la Dependencia para la compra y rehabilitación integral del edificio. Al acto también han asistido la presidenta de la Fundación Estel de Llevant, **María Nicolau**; el gerente de Estel de Llevant, **Guillem Febrer**; el subdirector general de la Fundación "la Caixa", **Marc Simón**; la consellera de Familias, Bienestar Social y Atención a la Dependencia, **Sandra Fernández**; el alcalde de Manacor, **Miquel Oliver**; el alcalde de Sant Llorenç des Cardassar, **Jaume Soler**; la directora general de Atención a la Dependencia y Personas con Discapa-



La presidenta Marga Prohens y la consellera Sandra Fernández, entre otros, a las puertas de 'Estim Café'.

cidad, **María Castro**, y la directora general de Bienestar Social, **María Fisaletti**. Durante el acto, la presidenta ha puesto en valor la colaboración entre administraciones y tercer sector para hacer realidad infraestructuras sociales como esta, y ha destacado que Sa Ràfia "es un espacio de oportunidades, de acompañamiento y de digni-

dad, que simboliza una forma de entender la salud mental desde la proximidad".

Salud mental

En este sentido, **Prohens** ha señalado que "durante demasiado tiempo la salud mental ha sido un tabú", y ha reconocido la labor de

entidades como Estel de Llevant "para romper ese silencio y contribuir a hacer entender que sin salud mental no hay salud". El nuevo equipamiento dispone de 850 metros cuadrados e incluye viviendas supervisadas, espacios para servicios ocupacionales y de rehabilitación, zonas de formación y una cafetería abierta a

la ciudadanía. En concreto, incorpora 8 nuevas plazas de vivienda supervisada y 30 plazas de servicio ocupacional. Este recurso permitirá mejorar la atención y ampliar los servicios disponibles en la comarca de Llevant, beneficiando cada año a más de un centenar de personas con problemas de salud mental.

28 -04-2026 ÚLTIMA HORA

La prevención del acoso escolar, en la campaña 'Miradas Atentas' del CEU

R.L. | PALMA

La Fundación Universitaria San Pablo CEU y sus instituciones educativas CEU lanzan una nueva edición de la campaña 'Miradas Atentas', una iniciativa que desde hace cinco años promueve la prevención y la detección temprana del

acoso escolar a través de un mensaje positivo: educar en valores, acompañar y construir entornos seguros.

En el marco del Día Mundial contra el Acoso Escolar, que se celebra cada 2 de mayo, la campaña da un paso más con el lanzamiento de una nueva



El gesto de la campaña.

acción audiovisual centrada en lo que el CEU denomina «el instante invisible»: ese momento previo en el que una mirada, una palabra o una decisión pueden evitar una situación de acoso.

El eje de 'Miradas Atentas' sigue siendo su gesto característico –rodear el ojo con el dedo índice y el pulgar–, un símbolo que ha ido ganando reconocimiento e invita a estar alerta, a mirar a tiempo y a no permanecer indiferentes.

JOAN CARLES MARCH

El libro del profesor, 'Más de 11 vidas', recoge 20 testimonios de familiares y supervivientes y de 25 profesionales para visibilizar el fenómeno y romper el silencio que lo rodea

«El suicidio no es solo salud mental, es un problema social»

ENRIQUE CASANOVA
Palma



El suicidio sigue siendo uno de los temas más incómodos para la sociedad. Sin embargo, el profesor Joan Carles March decidió romper ese silencio con *Más de 11 vidas*, un libro que recoge testimonios reales que buscan poner voz a quienes han vivido de cerca esta realidad.

A través de entrevistas a familiares y supervivientes, March plantea una mirada humana y compleja sobre un fenómeno que, según él, «no puede explicarse con una sola causa».

El libro recoge 20 historias de personas que sobrevivieron a un intento de suicidio de un ser querido. A ellas se suman las reflexiones de 25 profesionales, entre los que se encuentran el psiquiatra mallorquín Oriol Lafau y la psicóloga Xisca Morell, presidenta de la Asociación de Familiares y Amigos Supervivientes del Suicidio en Balears. «Necesitaba aproximarme desde distintas miradas, porque el suicidio es un fenómeno social e individual al mismo tiempo», explica el autor.

El proyecto cuenta con el prólogo del psicólogo Miguel Guerrero, vinculado al Plan de Prevención del Suicidio en Andalucía, y la colaboración de la escritora Piedad Bonnett, quien abordó la muerte de su hijo en su obra.

Historias que dejan huella

Entre todos los testimonios, March reconoce que hay algunos que le marcaron especialmente. Es el caso de Carlos Soto, quien perdió a su hija siendo muy joven. «Hay personas a las que queremos ayudar, pero no se dejan ayudar», reflexiona el profesor.

También destaca la historia de Cecilia Borràs, fundadora de la primera asociación de supervivientes del suicidio en España. Tras la muerte de su hijo, pasó de no poder aceptar lo ocurrido a impulsar una red de apoyo para otras familias. «Entendí que había que trabajar para que nadie más pasara por lo mismo», señala March.

Otros relatos, como el de Alberto Gómez, autor del libro *Contra el silencio*, o el de la actriz Silvia Her-



J. C. M.

El profesor Joan Carles March presenta su libro 'Más de 11 vidas'.

nández, muestran el impacto duradero de estas pérdidas. «La huella que deja la muerte de un familiar es profunda y transforma vidas», resume el autor.

El libro recoge casos donde confluyen factores como el acoso escolar, como en la historia de José Manuel López y su hija. También incluye experiencias de duelo que derivan en activismo, como el caso

El autor defiende la necesidad de «invertir más en salud mental y en más profesionales»

de Cristina Blanco, quien tras perder a su marido, creó un espacio de apoyo para exigir cambios en el sistema.

Romper el tabú

Una de las ideas que atraviesa toda la obra es que el suicidio sigue siendo un tabú. «Hay psicólogos que apuntan que pensar en el suicidio no significa hacerlo», afirma March. Es fundamental «validar el dolor y generar espacios donde las personas puedan expresarse sin miedo a ser juzgadas».

La superviviente María Quesada decidió contar al autor del libro su

historia tras años de silencio y fundó la asociación *La niña amarilla*, centrada en comunicar sobre salud mental y suicidio. «Es un caso curioso porque cuando empezó a hablar, entendí que podía ayudar a otros», explica March. Con este testimonio, el profesor resalta «la importancia de escuchar al que está mal». Carles Alastuey habla de «la necesidad de comprensión tras una pérdida». Carmen Sánchez le ha subrayado «el valor del acompañamiento profesional y los grupos de apoyo».

Para March, uno de los grandes errores es simplificar el suicidio como consecuencia exclusiva de un trastorno mental. «Es mentira que quien se suicida lo haga solo porque está enfermo, pues hay muchos factores, ya sean laborales, familiares o sociales», afirma. El profesor señala la falta de recursos como una medida necesaria para prevenir el suicidio. Defiende la necesidad de «invertir más en salud mental, en más profesionales y en más formación en prevención, incluyendo también en las empresas».

Finalmente, March concluye que «el suicidio no es un momento aislado, sino una ola que va y viene, por lo que hay que estar atentos y acompañar». Además, lanza una advertencia a los lectores de su obra, que resume el espíritu del libro: «hablar puede parecer poco, pero el silencio puede llegar a matar». ■