

Recull de premsa

Del 31/08 al 14/09/2020 SALUT I FORÇA

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

REDACCIÓN

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

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



Javier Torres, decano del Colegio de Psicólogos de Baleares.

Escasez de servicios

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

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

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

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

personas que padecen un problema de salud mental crónico".

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

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

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

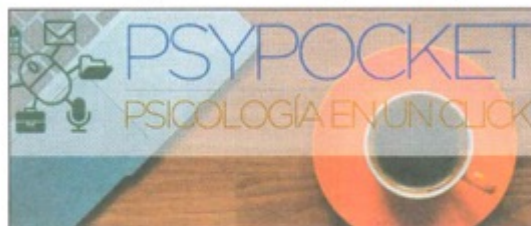
Perfil

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

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

REDACCIÓN

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



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

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

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

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

El profesional de la Psicología que se encuentre interesado

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

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

DÍA MUNDIAL DE PREVENCIÓN DEL SUICIDIO

El COPIB reclama medidas protectoras para la detección precoz de personas vulnerables con riesgo de conducta suicida

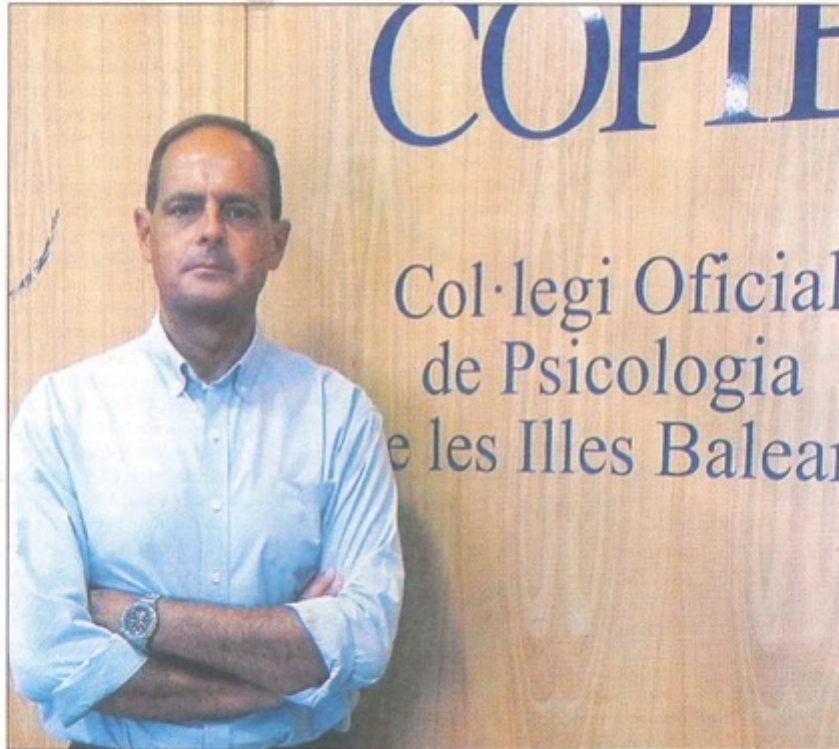
La institución colegial considera urgente reforzar los dispositivos asistenciales especializados con profesionales de la psicología clínica que garanticen una atención de calidad

CARLOS HERNÁNDEZ

Coincidiendo con el Día Mundial para la Prevención del Suicidio, el pasado 10 de septiembre el Col·legi Oficial de Psicologia de les Illes (COPIB) emitió un comunicado para reclamar a las administraciones medidas protectoras que permitan la detección precoz de las personas vulnerables con riesgo de conducta autolítica en Baleares, para prevenir y frenar el avance de casos relacionados con el suicidio en la comunidad autónoma. Asimismo, el Colegio considera urgente reforzar los dispositivos asistenciales especializados con profesionales de la psicología clínica que garanticen una atención de calidad.

Solo en el período comprendido entre el 1 de enero y el 31 de agosto de 2020, el Grupo de Intervención Psicológica de Emergencias, Crisis y Catástrofes (GIPEC IB) ha sido activado en cerca de medio centenar de ocasiones (48) por el Servicio de Emergencias de las Illes Balears 112 para atender casos relacionados con suicidios en la comunidad autónoma en el último año. Del total de intervenciones realizadas, 21 fueron suicidios consumados (6 mujeres y 15 hombres) y 27 tentativas (8 mujeres y 19 hombres). Por islas, Mallorca concentra el mayor número de activaciones del servicio por este motivo con 40 intervenciones, seguido de Ibiza, 5; y Menorca, 3. Formentera es la única isla que no registra ninguna activación relacionada. A estos datos tienen que sumarse otras 37 peticiones de auxilio que fueron atendidas por el servicio de atención a la ciudadanía durante el confinamiento motivado por la pandemia del SARS-CoV-2.

La Junta de Gobierno del COPIB estima que la cifra real de suicidios en la comunidad, en grado de tentativa y consumados, podría duplicar estos datos, que solo recogen el número de activaciones de los psicólogos del 112 mostrando la punta del iceberg de un problema mucho más grave para la salud pública. Además, preocupa especialmente la mayor incidencia de conductas de



Javier Iones, presidente del Colegio de Psicólogos de Baleares.

ideación suicida que se detecta en la población joven.

Un análisis detallado de los casos atendidos por los profesionales de la Psicología del GIPEC IB revela que la conducta suicida (ideación, tentativa y consumado) prácticamente duplica su incidencia en los hombres (65,38% de activaciones) que en las mujeres (34,61%). Respecto a los suicidios que se consuman, la tasa es ligeramente superior en los hombres (50%) que en las mujeres (43%). En el caso de la población femenina las tentativas de suicidio duplican a las que se registran en el caso de los hombres (14%, frente al 6%). La prevalencia de casos de ideación en ambos grupos es similar, 43% en el caso de las mujeres, frente al 44% en el caso de los hombres.

En la población masculina, la mayor incidencia de suicidio, el 73,3% de las intervenciones realizadas, estaban relacionadas con hombres de edades comprendidas entre los 18 y los 50 años. En el caso de las mujeres, el mayor impacto se eleva hasta la franja de edad de entre 50 y 60 años (38,46%) de los ca-

sos, mientras que en los grupos de edad más jóvenes (menores de 18 años) predominan los casos de ideación suicida.

Aunque los mayores índices de suicidio consumado se dan entre los varones de edad adulta, desde el Colegio indican que las tasas entre adolescentes y jóvenes han experimentado un aumento importante en los últimos tiempos, tal y como se desprende de los últimos datos publicados por la fundación ANAR, que alertaban de un aumento del 9% de intentos de

suicidio en este grupo de población solo durante el confinamiento. En estos casos, el deseo de morir surge como respuesta a una crisis vital, sin necesidad de que exista un problema de salud mental de base contrariamente a lo que se puede pensar. "Todos somos vulnerables, porque como seres humanos todos somos sensibles al sufrimiento psicológico", destacan y en el caso de los jóvenes "las redes sociales y esa dictadura de la felicidad a la que estamos sometidos constantemente puede afectarles más porque

puede generar más frustración y malestar al no conseguir superar la tristeza y el sufrimiento".

Reforzar los dispositivos asistenciales

Desde el COPIB consideran urgente reforzar todos los dispositivos asistenciales con la contratación de más psicólogos clínicos, especialmente en las Unidades Atención y Prevención del Suicidio que se han puesto en marcha en los Hospitales de las Islas, en las propias Unidades de Salud Mental (USM), donde la baja ratio de psicólogos impide realizar un trabajo asistencial de calidad y trastornos mentales que pueden revestir gravedad se atienden cada mes y medio, y en los equipos de urgencia de todos los centros hospitalarios. "Nos consta que desde que se declaró la pandemia del SARS-CoV-2, en las urgencias ha aumentado el número de personas atendidas por ideación suicida o tentativa de suicidio. Actualmente, son valoradas por psiquiatría, y la intervención suele ser pautar medicación y derivar a las Unidades de Atención y Prevención del Suicidio o a las USM de referencia. El psicólogo clínico está especializado en el manejo de crisis y su intervención en este nivel podría ayudar en la contención y a la ventilación emocional, favoreciendo una gestión más adaptativa y funcional de estos episodios", explican. Asimismo, inciden en la necesidad de incorporar servicios de atención psicológica en la Atención Primaria como medida preventiva y detección precoz de las personas más vulnerables y con riesgo de conducta autolítica.

Por último, recuerdan que el suicidio se puede prevenir y que es un trabajo que compete a toda la ciudadanía. "Concienciar a la población y hablar abiertamente sobre el suicidio sigue siendo necesario, porque todavía existen muchos tabúes que impiden que sepamos cómo actuar frente a una persona que está atravesando un momento de angustia vital y que necesita expresar lo que siente. Es importante que aprendamos a empatizar con su dolor, con su sufrimiento, para que estas personas puedan verbalizar sus sentimientos y puedan recibir la atención adecuada", concluyen.



EL TEST

Texto: S. CARBONELL ◆ Foto: COPIB

Javier Torres | Decano del Col·legi Oficial de Psicologia de Balears

«Hay que evitar la sobreinformación»

Al decano del Col·legi Oficial de Psicologia de les Illes Balears (COPIB), Javier Torres, le gusta mucho practicar senderismo y viajar. Máximo responsable de la institución desde hace 14 años, es psicólogo forense del Instituto de Medicina Legal y coordina el área de Intervención Psicológica en Emergencias y Catástrofes del Consejo General de Psicología Española.

¿Es partidario del teletrabajo?

- ✓ Sí, siempre y cuando se reúnan las condiciones necesarias para poder llevarlo a cabo.
- No.

¿Podría vivir sin teléfono móvil en su vida profesional?

- Sí.
- ✓ No, es un medio necesario, nos hemos enganchado al mismo, es muy útil para trabajar.

¿Qué le gustaría beber a las doce del mediodía de un domingo?

- Zumo natural.
- Cerveza.
- ✓ Refresco. Me gusta mucho la Coca-Cola, me produce mucha satisfacción.

¿Qué haría si le tocara un premio de cien millones?

- Como si nada.
- ✓ Lo compartiría, creo que tenemos que ser solidarios y ayudar a la gente que lo pueda necesitar en estos momentos de crisis.

- Sólo se lo diría a la familia y a los amigos.

¿Qué música prefiere escuchar de vacaciones?

- Mozart.
 - Los Beatles.
 - Rosalía.
- Me gusta la música de relajación, es la que suelo poner cuando necesito relajarme y también cuando estoy trabajando.

¿Con quien le gustaría conversar?

- Angela Merkel.
 - Boris Jonhson.
- ✓ Pedro Sánchez, por proximidad y para explicarle mi punto de vista en todos los temas actuales y escuchar su opinión. También me gustaría hablar con Angela Merkel por su trayectoria política.

¿Hay una psicosis por la COVID-19?

- ✓ Sí, hasta cierto punto quizás motivado por la sobreinformación de cada día, hay que evitar la sobreinformación.
- No.

¿Mucha sobreinformación crea más confusión?

- ✓ Sí, porque no toda la información va en la misma línea y al final confunde a las personas. Yo recomiendo que se lea o se vea todo y que no nos quedemos con la primera noticia.
- No.

¿Lo están haciendo bien el Gobierno y las comunidades autónomas?

- Sí.
- No.
- ✓ Se puede mejorar, gestionar toda esta situación es un problema, creo que los gobiernos de las comunidades autónomas deberían escuchar a todos los sectores de la sociedad.

**¿Han aumentado mucho las demandas de ayuda psicológica?**

- ✓ Sí que han aumentado, sobretudo por los efectos secundarios de la crisis, la situación económica, laboral, familiar y escolar que se está viviendo.
- No.

¿Por qué eligió la carrera de Psicología?

Desde el primer momento la psicología me pareció un trabajo muy interesante, llevo más de 25 años ejerciendo como psicólogo.

Salud. El Colegio de Psicólogos de Balears alerta del aumento de casos vinculados a la crisis del coronavirus y reclama que se trabaje en la intervención temprana, dotando a los centros de salud de más profesionales especializados.

Suicidio: una amenaza creciente

► En los últimos seis años, 560 personas se han quitado la vida en Balears ► El paro y los problemas económicos agitan el fantasma

Marcos Ollés
PALMA



■ En los últimos seis años, 560 personas se han suicidado en Balears. Una cada cuatro días, según los últimos datos del Instituto Nacional de Estadística. Tras el descenso de las cifras registrado en 2018, la pandemia que ha sacudido nuestras vidas ha provocado ya un incremento del número de suicidios intentados y consumados, según alerta el decano del Colegio Oficial de Psicología de las Illes Balears (COPIB), Javier Torres Ailhaud, que vincula directamente este aumento a la crisis del coronavirus. Una amenaza creciente, advierte, al tiempo que reclama más recursos en la sanidad pública para detectar casos de riesgo de manera precoz coincidiendo con la celebración, el pasado jueves, del Día Mundial para la Prevención del Suicidio.

"Es un hecho muy claro que ha habido un aumento de suicidios y tentativas en los últimos meses, relacionados con la situación del coronavirus", señala Torres. Hasta el pasado 31 de agosto, el Grupo de Intervención Psicológica de Emergencias, Crisis y Catástrofes (GIPEC) fue activado 48 veces por el 112 para atender 21 suicidios consumados y 27 tentativas. Las causas son variadas. "Hay muchas familias que han perdido a seres queridos por la pandemia y no saben manejar la situación de duelo. Muchas personas padecen una soledad que no saben gestionar. Hay gente con

trastornos mentales que se han agravado debido a esta situación. Otros afrontan un desempleo que no entraña en su estructura vital: los recursos económicos van a disminuir y esto genera muchos problemas", apunta.

Durante los meses del confinamiento, los casos de suicidios descendieron. Fue al concluir las restricciones más severas cuando se detectó el repunte. "La gente empezó a ver que la situación se iba a prolongar y empezaron a hacerse patentes las graves consecuencias económicas", señala el decano del COPIB. Las llamadas al Teléfono de la Esperanza en Balears prácticamente se duplicaron en la primera mitad de 2020, periodo en el que un total de 1.058 personas solicitaron ayuda a la entidad, 24 de ellos por temática suicida, respecto al año anterior.

Para Torres, la relación entre las situaciones de crisis social y el incremento de los suicidios es "evidente". La recesión económica que comenzó en el año 2008 se tradujo de forma inmediata en un aumento del número de personas que se quitaron la vida en las islas. Durante la década que siguió al crack financiero, en Balears se registraron máximos históricos, con más de cien casos anuales en 2009, 2013 y 2017. Y las cifras pueden ser solo "la punta del iceberg de un problema mucho más grave", incide Torres. "Hay suicidios que pasan desapercibidos o quedan enmascarados como un accidente de tráfico, por ejemplo".

Las heridas abiertas por las crisis del coronavirus, que tardarán mucho tiempo en cicatrizar, no invitan al optimismo. ¿Cómo evitar que la angustia y la frustración empujen al suicidio? Para el decano de los psicólogos no hay más camino que la detección precoz y la prevención. Lo que implica aumentar los recursos públicos. "Reivindicamos a las instituciones que no se deje de lado esta situación. Pedimos que se refuercen con profesionales de la psicología las unidades de atención y prevención del suicidio en los hospitales, donde el número de profesionales es insuficiente", reclama.

Además del servicio que se presta en los hospitales, Torres considera fundamental que se dote a la atención primaria de estos recursos. "Es en los centros de salud donde se puede detectar esa demanda encubierta de ayuda que hace el paciente, que inicialmente no dice que tiene ideación suicida, pero expone situaciones que vive con mucha angustia. Cuanto antes trabajemos con esa persona, mucho mejor. De ahí que hablemos de intervención temprana. Se trata de intentar atajar el problema antes de que se agrave", señala. "Lo ideal sería que en cada centro hubiera un psicólogo de atención primaria. No es una utopía; en otras comunidades, como Madrid y Navarra ya está implantado desde hace años", reivindica el decano del COPIB.

Torres reconoce que con los recursos actuales es complicado prestar la atención necesaria en los centros de salud. "Los médicos tie-

"Los datos oficiales son solo la punta del iceberg de un problema mucho más grave", señala el decano de los psicólogos

Javier Torres apuesta por la prevención y la detección precoz de los casos para hacer frente a este fenómeno

nen un tiempo muy limitado. En diez minutos, lo que se hace desgraciadamente es medicalizar y recetar un antidepresivo o un ansiolítico. Pero está demostrado que el trabajo terapéutico es mucho más rentable que una medicación. No es una crítica al sector médico, no quiere decir que en algunos casos deba medicarse, pero debería ser un complemento de la atención terapéutica".

Hablar del suicidio sigue siendo difícil. Un estigma que dificulta la atención. "Queda mucho por hacer y queremos poner sobre la mesa la importancia de la intervención. Una persona que llama al 112 o la Policía con una ideación suicida, no basta con que a los 10 minutos ya no tenga esa ideación. Hay que hacer un seguimiento y trabajar

desde el primer momento", incide. La situación que ha provocado esa ideación suicida es "difícil de atajar por parte de médicos y psicólogos, no se arregla en dos meses. Lo que hemos de hacer es implementar recursos para trabajar con esa persona el tiempo necesario para que sepa gestionarlo y afrontarlo, y que tenga la capacidad de pedir ayuda en el momento que perciba que está llegando al límite".

Las familias, pieza clave

El papel de las familias es esencial para hacer frente a esta problemática. Tanto en los suicidios consumados como en las tentativas, en "la familia hay una afectación psicológica que muchas veces no se sabe como atajar", explica Torres, que insiste en que también ahí "es muy importante el trabajo del profesional de la psicología".

Hace dos años se fundó la Asociación de Amigos y Familiares Supervivientes por Suicidio de las Illes Balears (AFASIB), creada para dar apoyo, información y voz a todas las personas que han sufrido la pérdida de un ser querido por suicidio y servir de punto de reunión para afrontar el proceso de la pérdida, compartiendo conocimientos y experiencias.

TELÉFONO DE LA ESPERANZA

971 461 112

Funciona las 24 horas del día, los 365 días del año, y está atendido por voluntarios especializados.

El COPIB reclama medidas protectoras para la detección precoz de personas con riesgo de conducta suicida

En lo que va del año el Grupo de Intervención Psicológica de Emergencias ha sido activado en Ibiza cinco veces y ninguna en Formentera



Con motivo del Día Mundial para la Prevención del Suicidio que se celebra este jueves, el Col·legi Oficial de Psicologia de les Illes (COPIB) reclama a las administraciones competentes medidas protectoras que permitan la detección precoz de las personas vulnerables con riesgo de conducta autolítica en Baleares, para prevenir y frenar el avance de casos relacionados con el suicidio en la comunidad autónoma.

Asimismo, considera urgente reforzar los dispositivos asistenciales especializados con profesionales de la psicología clínica que garanticen una atención de calidad.

Desde el colegio han detallado que solo en el período comprendido entre el 1 de enero y el 31 de agosto de 2020, el Grupo de Intervención Psicológica de Emergencias, Crisis y Catástrofes (GIPEC IB) ha sido activado en cerca de medio centenar de ocasiones (48) por el Servicio de Emergencias de las Illes Balears 112 para atender casos relacionados con suicidios en la comunidad autónoma en el último año. Del total de intervenciones realizadas, 21 fueron suicidios consumados (6 mujeres y 15 hombres) y 27 tentativas (8 mujeres y 19 hombres). Por islas, Mallorca concentra el mayor número de activaciones del servicio por este motivo con 40 intervenciones, seguido de Ibiza, 5; y Menorca, 3. Formentera es la única isla que no registra ninguna activación relacionada. A estos datos tienen que sumarse otras 37 peticiones de auxilio que fueron atendidas por el servicio de atención a la ciudadanía durante el confinamiento motivado por la pandemia del SARS-CoV-2.

La Junta de Gobierno del COPIB estima que la cifra real de suicidios en la comunidad, en grado de tentativa y consumados, podría duplicar estos datos, que solo recogen el número de activaciones de los psicólogos del 112 mostrando la punta del iceberg de un problema mucho más grave para la salud pública. Además, preocupa especialmente la mayor incidencia de conductas de ideación suicida que se detecta en la población joven.

Por otra parte, un análisis detallado de los casos atendidos por los profesionales de la Psicología del GIPEC IB revela que la conducta suicida (ideación, tentativa y consumado) prácticamente duplica su incidencia en los hombres (65,38% de activaciones) que en las mujeres (34,61%). Respecto a los suicidios que se consuman, la tasa es ligeramente superior en los hombres (50%) que en las mujeres (43%). En el caso de la población femenina las tentativas de suicidio duplican a las que se registran en el caso de los hombres (14%, frente al 6%) La prevalencia de casos de ideación en ambos grupos es similar, 43% en el caso de las mujeres, frente al 44% en el caso de los hombres).

A su vez, en la población masculina, la mayor incidencia de suicidio, el 73,3% de las intervenciones realizadas, estaban relacionadas con hombres de edades comprendidas entre los 18 y los 50 años. En el caso de las mujeres, el mayor impacto se eleva hasta la franja de edad de entre 50 y 60 años (38,46%) de los casos, mientras que en los grupos de edad más jóvenes (menores de 18 años) predominan los casos de ideación suicida.

Aunque las mayores índices de suicidio consumado se dan entre los varones de edad adulta, desde el Colegio indican que las tasas entre adolescentes y jóvenes han experimentado un aumento importante en los últimos tiempos, tal y como se desprende de los últimos datos publicados por la fundación ANAR, que alertaban de un aumento del 9% de intentos de suicidio en este grupo de población solo durante el confinamiento. En estos casos, el deseo de morir surge como respuesta a una crisis vital, sin necesidad de que exista un problema de salud mental de base contrariamente a lo que se puede pensar.

"Todos somos vulnerables, porque como seres humanos todos somos sensibles al sufrimiento psicológico", destacan y en el caso de los jóvenes las redes sociales y esa dictadura de la felicidad a la que estamos sometidos constantemente puede afectarles más porque puede generar más frustración y malestar al no conseguir superar la tristeza y el sufrimiento".

Refuerzo

Desde el COPIB consideran urgente reforzar todos los dispositivos asistenciales con la contratación de más psicólogos clínicos, especialmente en las Unidades Atención y Prevención del Suicidio que se han puesto en marcha en los Hospitales de las Islas, en las propias Unidades de Salud Mental (USM), donde la baja ratio de psicólogos impide realizar un trabajo asistencial de calidad y trastornos mentales que pueden revestir gravedad se atienden cada mes y medio, y en los equipos de urgencia de todos los centros hospitalarios. "Nos consta que desde que se declaró la pandemia del SARS-CoV-2, en las urgencias ha aumentado el número de personas atendidas por ideación suicida o tentativa de suicidio.

Actualmente, son valoradas por psiquiatría, y la intervención suele ser pautar medicación y derivar a las Unidades de Atención y Prevención del Suicidio o a las USM de referencia. El psicólogo clínico está especializado en el manejo de crisis y su intervención en este nivel podría ayudar en la contención y a la ventilación emocional, favoreciendo una gestión más adaptativa y funcional de estos episodios", explican.

Asimismo, inciden en la necesidad de incorporar servicios de atención psicológica en la Atención Primaria como medida preventiva y detección precoz de las personas más vulnerables y con riesgo de conducta autolítica.

Por último, recuerdan que el suicidio se puede prevenir y que es un trabajo que compete a toda la ciudadanía. "Concienciar a la población y hablar abiertamente sobre el suicidio sigue siendo necesario, porque todavía existen muchos tabúes que impiden que sepamos cómo actuar frente a una persona que está atravesando un momento de angustia vital y que necesita expresar lo que siente. Es importante que aprendamos a empatizar con su dolor, con su sufrimiento, para que estas personas puedan verbalizar sus sentimientos y puedan recibir la atención adecuada", concluyen.

El COPIB ofrece atención telefónica a los afectados por la crisis de la COVID-19



El decano del COPIB, Javier Torres.
Jaume Morey

El Colegio Oficial de Psicología de Baleares (**COPIB**) ha puesto en marcha desde este lunes un nuevo servicio telefónico para asesorar y apoyar a personas con afectación psicológica derivada de la crisis del SARS-CoV-2, en el número gratuito 900 112 003, que atiende las 24 horas.

El COPIB ha establecido este nuevo dispositivo que está previsto que se mantenga activo hasta el 15 de enero del año que viene, con la colaboración de la Fundación «la Caixa» y de la Dirección General de Emergencias del Govern balear, ha informado la entidad colegial en un comunicado.

El servicio cuenta inicialmente con un equipo de 30 profesionales de la **psicología** pero puede reforzarse en caso de necesidad.

Este dispositivo extraordinario permitirá absorber una parte del creciente número de peticiones de atención psicológica que han detectado los distintos servicios sanitarios y asistenciales de la comunidad y ofrecer a la población el apoyo y asesoramiento profesional que necesita.

El programa aliviará la carga de los servicios médicos y «evitará una medicalización generalizada de problemas y alteraciones psicológicas reactivas a las circunstancias vividas», señala el COPIB.

Los profesionales de la Psicología de las islas destacan que los efectos del confinamiento y la **incertidumbre** empiezan a notarse y la actual segunda ola, con nuevos confinamientos selectivos, «contribuirá al empeoramiento de síntomas que han empezado a desarrollar muchas personas».

Añaden que están apareciendo nuevos casos de cuadros de ansiedad, manías, fobias, insomnio y depresión.

Uno de los principales objetivos del programa es atender estos casos, «que muchas veces pueden resolverse ofreciendo a la persona estrategias de gestión emocional, evitando así su cronificación y que deriven en enfermedades mentales relacionadas con la ansiedad y la depresión», afirma el colegio profesional.

Junto a estas expresiones más agudas, que ya se dieron durante el estado de alarma, los responsables del servicio prevén que se sumen cuadros clínicos más graves, relacionados principalmente con colectivos vulnerables.

Consideran que atenderán a personas con psicopatología previa, profesionales sanitarios y no sanitarios que trabajan en el ámbito de la salud, personas que han experimentado la pérdida de un familiar; familiares de enfermos y colectivos vulnerables como mayores, mujeres y niños en riesgo o en situación de violencia de género, colectivos de enfermos crónicos y población en riesgo de exclusión social.

La asistencia telefónica que realizarán los profesionales de la Psicología pretende resolver dudas y aportar orientaciones a personas que están viviendo situaciones de especial vulnerabilidad psicológica.

El decano del COPIB, Javier Torres; el director de Banca de Instituciones de CaixaBank en Baleares, Marc Ponsetí, y el responsable de Acción Social Baleares, Diego Riera, se reunieron el viernes pasado para formalizar el acuerdo y revisar los detalles del servicio, en la sede del colegio.

22/09/2020 MALLORCA DIARIO

Activan un nuevo servicio telefónico gratuito de atención psicológica a los ciudadanos



El Colegio Oficial de Psicología de Baleares (Copib), con la colaboración de Fundación 'la Caixa', canalizada a través de la Acción Social de CaixaBank en Baleares, y de la Dirección General de Emergencias del Govern ha activado un nuevo dispositivo de atención psicológica a la ciudadanía, telefónico y gratuito, para atender las necesidades de apoyo y de asesoramiento de todas aquellas personas con afectación psicológica derivada o agravada como consecuencia de la crisis sanitaria del SARS-CoV-2.

Según han señalado, el teléfono 900 112 003 estará operativo de lunes a domingo, las 24 horas del día, hasta el 15 de enero de 2021.

El decano del Copib, Javier Torres, el director de Banca de Instituciones de CaixaBank en Baleares, Marc Ponsetí, y el responsable de Acción Social Baleares, Diego Riera, se reunieron el pasado viernes 18 de septiembre en la sede del Colegio para formalizar el acuerdo y revisar los detalles del servicio.

El dispositivo, han explicado, lo gestionará de forma directa el Copib y que cuenta inicialmente con un equipo de 30 profesionales de la psicología, que podría reforzarse en caso de necesidad. La reunión también contó con la presencia de Joana María Gelabert, técnica de Acción Social.

Durante el encuentro, todos ellos han coincidido en la necesidad de implantar este dispositivo extraordinario, que permitirá absorber una parte del creciente número de demandas de atención psicológica que se ha detectado en los distintos servicios sanitarios y asistenciales de la comunidad y ofrecer a la población el apoyo y asesoramiento profesional que necesita.

Asimismo, consideran que el programa aliviará la carga de los servicios médicos y evitará una medicalización generalizada de problemas y alteraciones psicológicas reactivas a las circunstancias vividas.

Los profesionales de la Psicología de las Islas destacan que los efectos del confinamiento y la incertidumbre empiezan a notarse y con toda certeza la segunda ola contribuirá al empeoramiento de síntomas que han empezado a desarrollar muchas personas como cuadros de ansiedad, manías, fobias, insomnio o depresión.

Según han apuntado, uno de los principales objetivos del programa es atender estos casos, que muchas veces pueden resolverse ofreciendo a la persona estrategias de gestión emocional, evitando así su cronificación y que deriven en enfermedades mentales relacionadas con la ansiedad y la depresión.

Junto a estas expresiones más agudas, que ya pudieron constatarse a través de los distintos dispositivos que se activaron durante el estado de alarma, los responsables del servicio prevén que se sumen cuadros clínicos más graves, relacionados principalmente con colectivos vulnerables.

Así pueden darse casos de personas con psicopatología previa, profesionales sanitarios y no sanitarios que trabajan en el ámbito de la salud, personas que han experimentado la pérdida de un familiar, familiares de enfermos y colectivos especialmente vulnerables, como personas mayores, mujeres y niños en riesgo o en situación de violencia de género, colectivos de enfermos crónicos y poblaciones en riesgo de exclusión social.

COPIB

Nuevo teléfono gratuito de atención psicológica

■ El Colegio Oficial de Psicología de Baleares (Copib), con la colaboración de Fundación 'la Caixa' y de la dirección general de Emergencias ha activado un nuevo dispositivo de atención psicológica a la ciudadanía, telefónico y gratuito, para atender las necesidades de apoyo y de asesoramiento psicológico. El teléfono es 900 112 003 y estará operativo de lunes a domingo, las 24 horas hasta enero. **E.P.** PALMA

Mar Ferragut
PALMA



■ La mallorquina **Mar Rus Calafell**, doctora en psicología clínica, ha sido reconocida con uno de los premios de investigación mejor dotados de Alemania y recibirá más de 1,5 millones para profundizar en su trabajo sobre salud mental en gente joven.

Exalumna de la Universitat, Rus Calafell ha recibido el galardón **Sofja Kovalevskaja Award**, otorgado por la **Fundación Alexander von Humboldt** y el **ministerio de Educación e Investigación** de Alemania. El premio le permitirá crear su grupo propio de investigación, el **YVORI** (Young Voices Research and Interventions).

Este reconocimiento se otorga únicamente a ocho investigadores jóvenes internacionales que quieren ir a trabajar en Alemania. Pueden optar investigadores de cualquier rama científica y desde cualquier parte del mundo, pero solo se dan ocho en total cada dos años.

Además de formar su propio grupo, el premio permitirá a la mallorquina establecerse como profesor investigador en el sistema alemán, además de tener presupuesto para adquirir equipación, material de investigación, laboratorio... El YVORI tendrá como base el Centro de Tratamiento e Investigación en Salud Mental de la Universidad del Ruhr, en Bochum, donde ahora mismo Rus Calafell es jefa del grupo de investigación en psicopatología experimental.

Su trabajo se centra en concreto en la detección, evaluación y el tratamiento de trastornos psicóticos. El Sofja Kovalevskaja Award está ligado a un programa de investigación elaborado por Rus Calafell para estudiar las experiencias de tipo psicótico en gente joven.

Según indicó la investigadora a la UIB, estas experiencias (oír voces, tener pensamientos de que

Una mallorquina recibe más de 1,5 millones para investigar en salud mental

► Doctora en psicología y exalumna de la UIB, Mar Rus Calafell ha recibido uno de los premios de investigación mejor dotados de Alemania



Rus Calafell señala la importancia de atender la salud mental de los jóvenes, especialmente ahora. G.BOSCH

alguien nos quiere hacer daño u otros episodios inusuales) "no tienen lugar solo en el contexto de un trastorno mental, sino que se encuentran en población general, tanto joven como adulta".

Ahora, explica, cuando estas experiencias empiezan a causar malestar, se vuelven persistentes o interfieren en la vida de la persona, pueden ser indicadores de

riesgo de psicopatología en un futuro. Asegura que el programa de investigación que impulsa les permitirá averiguar cuáles son los factores psicológicos y sociales que contribuyen a la persistencia y al malestar, y que, por lo tanto, aumentan el riesgo de desarrollar un trastorno mental que necesitará atención psicológica.

A través de un estudio longitu-

dinal, entrevistas clínicas y tareas de laboratorio (que incluyen el uso de tecnologías como la realidad virtual), Rus Calafell y su equipo pretenden encontrar información nueva para mejorar y probar nuevas intervenciones psicológicas para aquellos jóvenes que tienen un trastorno psicótico y necesitan apoyo.

El proyecto también ofrecerá a

Su investigación busca ayudar a los jóvenes que padecen trastornos psicóticos y usa medios como la realidad virtual

los jóvenes una plataforma donde podrán encontrar ayuda para superar las dificultades diarias ligadas en su salud mental.

"Hay que tener en cuenta que la mayoría de trastornos mentales empiezan durante la adolescencia, pero también es este grupo y el de los adultos más jóvenes quienes reciben menos atención y tienen menos contacto con el servicios de salud", apunta la investigadora mallorquina, que alerta además del delicado momento actual: "Ahora todavía más, durante este tiempo de incertidumbre y de cambios derivados por la pandemia que vivimos, es importante que los jóvenes tengan apoyo y nos preocupemos por su salud mental".

Mar Rus Calafell señala que "es todo un honor" recibir esta distinción. Además del reconocimiento a su trayectoria (que incluye periodos de trabajo e investigación en **La Sorbona**, el **Maudsley Hospital** y el **Institute of Psychiatry del King's College de Londres** y el Departamento de Psiquiatría de la **Universidad de Oxford**) y el respaldo económico a su proyecto, el premio supone su ingreso en la **Fundación Alexander von Humboldt**, entre cuyos miembros se incluyen 50 premios Nobel.

La mallorquina ha llegado muy lejos, pero no se olvida de sus orígenes en la UIB, donde se despertó su interés por la investigación clínica. Y sobre todo tiene muy presente al que considera uno de sus mentores: el profesor **Miquel Tortella i Feliu**: "Evidentemente fue uno de los primeros en saber que me habían dado este premio".

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

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

CARLOS HERNÁNDEZ

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

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

P.- ¿Qué importancia tiene la interacción social?

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



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

P.- ¿Qué tipo de dificultades pueden aparecer?

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

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

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

P.- ¿Quiénes son más vulnerables?

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

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

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

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

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

Altres notícies d'interès

08/09/2020 DIARIO DE MALLORCA

Educación. Tras seis meses sin ir a clase, el jueves los niños vuelven a un colegio plagado de nuevas normas. Para ayudar a los centros ante posibles casos de miedo, ansiedad o tristeza, el Institut per a la Convivència i l'Èxit Escolar pone a su disposición un compendio de recomendaciones y recursos para brindar una buena acogida a los niños y también para acompañar a las familias y los docentes

Botiquín emocional para colegios

► El plan de retorno incluye desde consejos para acompañar en el duelo a un decálogo para parar el ciberacoso escolar

Mar Ferragut
PALMA



■ En dos días empieza el colegio y los profesores no saben cómo volverán los niños a las aulas, con nuevas normas y tras cinco meses lejos de ellas. Los docentes se enfrentan también a un escenario nuevo, con temores, nuevas prioridades más allá de las pedagógicas y con el deber de hacer cumplir las restricciones. Para las familias el territorio también es ignoto, y sus emociones pueden ir del miedo a la frustración o la alegría, por volver a ver sus niños en clase.

Cada miembro de la comunidad educativa, adulto, niño o joven, vive la pandemia a su manera: de la adaptación fácil a la angustia, la tristeza, el temor... Para que las escuelas sepan tomar el pulso a sus integrantes y cómo gestionar las emociones, un equipo de la conselleria de Educación ha preparado y puesto a disposición de los centros educativos una "caja de herramientas para la acogida emocional." Un botiquín escolar que en vez de termómetro tiene vídeos, instrucciones y consejos. Su fin último también se relaciona con la salud (con la mental) y con el rendimiento pedagógico.

"Si la parte emocional no está bien, el niño no avanzará académicamente", explica Amanda Fernández, directora general de Primera Infancia, Comunidad Educativa e Innovación.

El Institut per a la Convivència i l'Èxit Escolar se ha encargado de la elaboración de este compendio de primeros auxilios emocionales. Sus responsables saben que este curso será complicado y que los profesores tendrán mil cosas que atender cada día (lavado de manos, ventilar las clases...), pero ya han recibido llamadas y creen que muchos necesitarán consejos e instrumentos para atender a la salud emocional de los niños.

Por eso, esta caja de herramientas describe, entre otras cosas, las señales a las que estar atento para ver en qué momento el malestar de un niño se convierte en algo que requiera ayuda especializada.

En algunos hogares las vivencias han sido más duras que en otras: por la muerte de seres queridos (el plan incluye también un plan de acompañamiento al duelo), el alejamiento de figuras de referencia, pérdida del trabajo... "Ante un impacto significativo, algunas reacciones son normales y



Alumnos de un instituto de Palma realizando una dinámica de círculo en una sesión de convivencia. M. MELNEZUK



Ejemplo de las cartas elaboradas por Educación para fomentar la comunicación. M.F.

La guía describe los síntomas del estrés agudo y en qué momento es necesaria una ayuda especializada

esperables dentro de unos límites", razona la guía de Convivència, que enmarca dentro del estrés agudo una larga lista de síntomas como irritabilidad, pesadillas, insomnio... Pero si con un primer trabajo en la escuela el estado del menor no mejora, y los síntomas se prolongan más de cuatro semanas, es-

tariamos entrando ya en el terreno del estrés postraumático y sería necesario recurrir a especialistas.

Además de esta guía para identificar y evaluar el impacto psicológico (que sirve tanto a docentes como a profesores), el trabajo de Convivència, que puede consultarse en su web, incluye también reco-

mendaciones de autocuidado para los docentes o instrucciones para adaptar a la nueva situación las prácticas restaurativas que los centros ya hacían antes, como los círculos, en los que los estudiantes exponen cómo se encuentran. Entre las novedades de este curso, Educación ha confeccionado barajas de cartas con dinámicas y preguntas ("¿Qué hiciste durante el confinamiento?", "¿Le tienes miedo a algo?") para facilitar y guiar las conversaciones.

Este botiquín emocional no descuida tampoco la realidad en la que han estado los niños viviendo con mucha intensidad durante meses: el mundo digital. Aina Amengual, del equipo de Convivència, indica que durante el confinamiento recibieron varias demandas de orientación ante casos de ciberacoso y por eso su plan amplía el protocolo ya existente contra el acoso escolar con, por ejemplo, un decálogo de acciones para frenarlo.

Para Jaume Font, director de Convivència, la clave será lograr una comunicación real y activa, en el que los estudiantes (y también las familias) se sientan protagonistas y se vean realmente escuchados y acompañados.



El portavoz Lino Salas y la presidenta del Teléfono de la Esperanza en Balears, Antònia Torres. Foto: JAUME MOREY

Una campaña 'online' del Teléfono de la Esperanza de la Esperanza

► Con motivo del Día Internacional de la Prevención del **Suicidio**

Angie Ramón | PALMA

Con motivo del Día Internacional de la Prevención del Suicidio, el próximo 10 de septiembre, el Teléfono de la Esperanza lanza la campaña 'Te regalo una coma, para que sigas escribiendo tu historia' en la que prima la versión *online* en todos los talleres programados debido a la crisis del coronavirus. Entre las novedades, destaca una guía de orientación y prevención para familias y afectados, un taller sobre la prevención del suicidio en los medios de comunicación y una línea audiovi-

sual disponible en internet sobre un testimonio real y seis cortometrajes bajo el tema 'Agarra la vida'.

«Cuando estás inmerso en el problema, te bloqueas, te ofuscas y no ves la salida. Si estás distanciado, es cuando sí puedes visualizar las ayudas. Al final, el lema de este año te dice que cuando tengas una idea suicida, no le des una respuesta irreversible. Si no que te rega-

EL ARUNTE

Una guía que orienta, ayuda y previene

► La nueva guía del Teléfono de la Esperanza se titula 'Cómo prevenir y actuar ante el suicidio' y recoge testimonios reales de más de 20 años de trabajo. Este manual «básico» pretende mostrar que afrontar el problema, visualizarlo y comunicarlo puede prevenir el problema.



lamos la coma para continua», expresa la nueva presidenta del Teléfono de la Esperanza en Balears, Antònia Torres,

acompañada por el portavoz Lino Salas, quien recuerda el trabajo que lleva haciendo el Teléfono en Balears desde hace casi 30 años «porque este problema sigue siendo un tema tabú, y nos hemos dado cuenta todos estos años que al comunicarlo, al hablar, esta conducta suicida se puede prevenir».

► AUDIOVISUAL

Esta ONG ha presentado seis cortometrajes bajo el lema 'Agarra la vida'

El programa presenta para esta campaña seis actos, entre los que se destaca el propio día 10 de septiembre un encuentro *online* con profesionales y familias que han padecido un episodio suicida, donde además cada una de las 29 sedes encenderá una vela, mientras que la lectura del manifiesto será a través de una plataforma digital.

Las llamadas al Teléfono de la Esperanza se duplican en las islas

► Más de mil personas han pedido ayuda a la entidad en lo que va de año, 24 de ellas por temática suicida

E.P. PALMA

■ Las llamadas al Teléfono de la Esperanza en Balears prácticamente se han duplicado en la primera mitad de 2020, periodo en el que un total de 1.058 personas solicitaron ayuda a la entidad, 24 de ellos por temática suicida.

Así lo expusieron ayer la presidenta del Teléfono de la Esperanza en Balears, Antonia Torres, y el portavoz, Lino Salas, con motivo del Día Internacional para la Prevención de la Conducta Suicida, que se celebra este jueves.

Durante la primera mitad del año, en Balears 21 personas llamaron al Teléfono de la Esperanza por ideas suicidas, y tres por crisis suicidas, pero ninguna en mitad de un acto suicida. Por género, se observa una mayor proporción de mujeres en este tipo de llamadas (57,7%). Asimismo, el tramo de la mediana edad (de 30 a 45 años) concentra el 45% de las llamadas.

En 2019, en todo el año llamaron 1.153 personas, 40 de ellas por temática suicida -dos con acto suicida en curso-. Si se examinan solo los datos del primer semestre, fueron 576 llamadas,

20 con temática suicida, con lo que se aprecia un ligero incremento en este tipo de llamadas.

El 10 de septiembre se celebra el Día Internacional de la Prevención del Suicidio y este año, debido a la pandemia, la conmemoración está rodeada de especiales circunstancias, según se explica en el informe difundido ayer, en el que se señala que los sistemas sanitarios, focalizados en la atención médica a los infectados, han delegado a un segundo plano la atención a la salud mental, lo que ha provocado un agravamiento del problema como se ha visto reflejado en los datos recogidos en lo que va de año.

Nueva campaña

En esta línea, el Teléfono de la Esperanza lanza nueva campaña: 'Te regalo una coma, para que sigas escribiendo tu historia', con la que se busca que todos aquellos que estén sufriendo continúen adelante, "porque cada problema, cada dificultad, cada experiencia de dolor, es una oportunidad para empezar de nuevo", animan.

1 40 condenas por violencia doméstica, con los hijos como víctimas

La incidencia de otras formas de violencia doméstica es mucho menor a la de género. En Balears, en 2019 hubo 40 condenas por delitos dentro del ámbito familiar. De ellos, las principales víctimas fueron hijos del agresor, por delante de nietos y padres del acusado.

2 Se registraron 116 casos de menores que agredieron a sus parejas

Los casos de violencia de género en los que los agresores eran menores de edad fueron el año pasado, de acuerdo con los datos de la Fiscalía especializada, 116. También hubo 117 casos de abusos sexuales y 26 agresiones sexuales protagonizadas por adolescentes en las islas.



Protesta contra la violencia de género.

3 Aumentan las condenas por trato degradante a través de las redes

En Balears fueron condenadas el año pasado 19 personas por un delito de trato degradante a través de las redes sociales y otras tecnologías de la comunicación. A estos se suman otros tres delitos de acoso y numerosas sentencias por amenazas en internet.

Más de un millar de hombres son condenados cada año por violencia de género en Balears

► El año pasado fueron **1.011** las sentencias condenatorias, el 80 por ciento por conformidad

► El delito más habitual es el **maltrato ocasional**, la mayor parte de las condenas son suspendidas

V. Malagón | PALMA

Cada año desde hace un lustro, más de mil hombres son condenados por delitos de violencia de género. Según los datos de la Fiscalía General del Estado, la abrumadora mayoría de estas sentencias (un 80 por ciento) se producen tras una conformidad en la que el acusado reconoce el delito y asume una pena.

En 2019 fueron 1.011 las condenas, de acuerdo la Fiscalía especializada en Violencia de Género. La mayoría de penas no supusieron, en cualquier caso, el ingreso en prisión del acusado: sólo se recogió este castigo en 140 de las sentencias, 186 supusieron trabajos en beneficio de la comunidad y en la mayor parte de los casos (354) la pena fue suspendida. Eso es lo que respecta a la ejecución de las sentencias.

En total, el año pasado se abrieron en los juzgados de Balears 4.338 causas por violencia de género. De estas terminaron en condena 1.011 y fueron calificadas por los fiscales casi 2.000. El número de absoluciones en juicio fue de 178 y en 193 la condena se produjo en la sentencia sin acuerdo entre acusaciones y defensa. El número de sentencias condenatorias ha bajado respecto a los últimos años.

En 2018 llegaron a 1.425. Los juzgados de violencia en Palma tuvieron el año pasado problemas con el personal y el de Eivissa, aunque maneja una carga de trabajo muy inferior a los de Ciutat, se vio afectado por el incendio de los juzgados.

LAS CIFRAS

4.338

Causas abiertas en los juzgados

El año pasado, según la Fiscalía General del Estado, se incoaron en Balears más de 4.000 causas por malos tratos.

594

protegidas

En los juzgados se dictaron 594 órdenes de protección hacia mujeres y 106 de alejamiento. En prisión preventiva ingresaron 59 hombres.

354

penas suspendidas.

De las penas en fase de ejecución, 354 fueron suspendidas; 186 fueron trabajos en beneficio de la comunidad.

818

conformidades.

La mayoría de las condenas en violencia de género se produjeron tras un acuerdo.

El delito más habitual es el de maltrato ocasional, que llevó a 617 condenas. El habitual, que se extiende en el tiempo, fue condenado en 270 ocasiones. El siguiente delito en volumen son los quebrantamientos de medidas cautelares de protección, que ocurrió en 270 de las con-

denas. El año pasado hubo un asesinato por violencia machista en las islas y también se produjo una condena por este delito. También aparecen en la memoria



Delitos graves. En 2019 se registró un asesinato y varias tentativas. En la imagen, el hombre que fue detenido en Campos por golpear con un martillo en la cabeza a su mujer que estuvo varias semanas en coma. Foto A. S.

Punto de Vista

Germà Ventayol



Más jóvenes

Algo no se está haciendo bien cuando en un tema tan sensible como es el de la violencia de género, contra la que España es uno de los países que dedica más recursos, en el segmento de la población juvenil sigue teniendo una incidencia tan importante: 116 casos de agresión a sus parejas. Un sector mínimo de los adolescentes repite de manera automática comportamientos de los mayores o de su entorno, romper ese círculo sería un gran avance.

otros delitos graves como detenciones ilegales y agresiones sexuales. También se incoaron diligencias por dos homicidios en grado de tentativa.

En cuanto a las medidas cautelares adoptadas en los juzgados, la mayor parte son órdenes de protección (594) y de alejamiento (106). En prisión preventiva ingresaron 59 hombres el año pasado tras ser detenidos por la policía. El uso de dispositivos electrónicos como pulseras para el control de los investigados sigue siendo residual: sólo se aplicó en cuatro casos. La órdenes denegadas fueron 187.

Balears es, de forma reiterada, la comunidad autónoma con un mayor porcentaje de mujeres víctimas de violencia de género.

Fiscalía afea a «ciertas instituciones» su inacción ante menores prostituidas

► El fiscal jefe descarta que haya una gran red de explotación sexual en Mallorca

► Menores reprocha las listas de espera para entrar en centros de internamiento

V. Malagón | PALMA

Los casos de menores tuteladas víctimas de prostitución sobrevuelan la memoria de la Fiscalía de Balears. El máximo responsable del organismo, Bartomeu Barceló, rechaza la existencia de una red organizada y da por zanjada la cuestión: «Particularmente llamativa ha sido la publicación en distintos medios de comunicación de la existencia de una red de prostitución infantil. Dichos supuestos, que no tenían conexión entre sí, ya habían sido investigados en su totalidad bien por un Juzgado bien por la Fiscalía con resultados distintos. Tras las pertinentes investigaciones no se ha podido demostrar la existencia de tal red», concluye.

El fiscal delegado de Menores, José Díaz Cappa reprocha en su parte de la memoria a «ciertas instituciones» que hayan «obviado de forma interesada, en ocasiones, aquella parte esencial relacionada con lo que debió seguir haciéndose con las menores». Es decir que dieran por concluida su tarea comunicando la existencia de un posible caso a la Fiscalía y descuidaran la vigilancia de las menores afectadas. «La mera actuación desde las fuerzas y cuerpos de seguridad, los juzgados o la Fiscalía no supone, tras el retorno de la menor que la entidad pública siga implementando todos los recursos materiales, educativos, sociales, familiares, personales o de cualquier otro tipo que incidan en la posibilidad de evitar ese tipo de situaciones o en la posible receptividad del menor a verse embaucado a ellas».



La saturación de centros como Es Pinaret provoca listas de espera para cumplir internamientos.

La memoria reprocha que: «Quizá el desconocimiento de las funciones de la Fiscalía en esta materia ha podido ser el motivo para, en varias ocasiones y de forma gratuita y poco informada, emitir mensajes en tono de cierta desconsideración hacia la institución o hacia algunos de sus representantes».

Episodios

Uno de los episodios que pone como ejemplo es la no asistencia del ministerio público a una reunión de coordinación sobre prostitución infantil. En la memoria se recuerda que estas participa-

► **MEMORIA**
El fiscal de Menores afirma en la memoria anual que hubo acusaciones «gratuitas» a su institución

► **CENTROS**
Se reclama la apertura de un centro de protección específico para menores con problemas de conducta

ciones están limitadas por directrices de la Fiscalía General.

El informe incide en la existencia de listas de espera para el acceso a los centros de reforma pa-

ra medidas de internamiento. «Tal circunstancia, derivada de la falta de plazas vacantes en los centros no puede mantenerse». Denuncia que el retraso en el cumplimiento provoca problemas como la comisión de nuevos delitos y reclama la puesta en marcha de un centro de protección específico para menores con problemas de conducta.

La Fiscalía de Menores denuncia que la norma que permite la existencia de este tipo de centros está en vigor desde hace cinco años «sin que se haya proveído su creación». Algunos menores han sido derivados la Península.

La mitad de las mujeres en España, once millones, ha sufrido violencia machista

► En la mayoría de los casos, los **agresores** son conocidos por la víctima: familiares o amigos

Efe | MADRID

El 57,3 % de las mujeres que viven en España sufrió algún tipo de violencia machista a lo largo de su vida, 11,3 millones: más de 4 millones padeció violencia física, 2,8 millones violencia sexual y más de 8 millones aseguraron haber sido víctima de acoso sexual.

Son algunos de los principales datos de la *Macroencuesta de Violencia sobre la Mujer 2019*, elaborado por la Delegación del Gobierno contra la Violencia de Género en colaboración con el Centro de Investigaciones Sociológicas a partir de 9.568 entrevistas a mujeres mayores de 16 años para conocer la incidencia de las violencias machistas en España.

Sólo en los últimos doce meses, 4 millones de mujeres fueron víctimas de algún tipo de violencia por el mero hecho de serlo.

Pareja o expareja

Una de cada tres (32,4 por ciento, 6,6 millones) fue maltratada física, sexual, psicológica o económicamente por una pareja o expareja



ja y un 2,2 por ciento fue violada. La ministra de Igualdad, Irene Montero, calificó estas cifras de «demoledoras e incidió en que se trata de una realidad «tremendamente dolorosa» porque la vio-

lencia «afecta a millones de mujeres» y muchas veces permanece oculta porque gran parte de las víctimas no denuncia ni busca ayuda.

Montero sostuvo que la ma-

croencuesta evidencia que la violencia contra las mujeres no se produce en episodios puntuales y aislados, sino que es estructural y reiterada y con consecuencias «devastadoras» en la salud, la integridad y la vida de las mujeres.

El 13,7 % de las mujeres sufrió violencia sexual: 1,3 millones (6,5 %) por una persona que no era su pareja y 704.000 cuando no habían cumplido los 15 años. En el 99,6 % de los casos, el agresor era un hombre y en el 12,4 % participó más de una persona. En la mayoría de los casos, los agresores son conocidos por la víctima: familiares (21 %) o amigos o conocidos (49 %).

El porcentaje de mujeres violadas en España es del 2,2 %, más de 453.000. Seis de cada diez violaciones tienen lugar en una casa. En el 82 % de los casos, el violador era una persona conocida. La Delegada del Gobierno contra la Violencia de Género, Victoria Rosell, aseveró que los datos desmontan el mito de que la violencia sexual la cometen extraños en lugares públicos.

El Govern solicita a Madrid dinero para la alimentación y la vivienda de las prostitutas

► La consellera Pilar Costa recuerda que se ordenó el cierre de los **clubes de citas y locales de alterne** para frenar la pandemia

A. Poi | PALMA

El Govern balear quiere que Madrid se implique en dar apoyo y atención a las prostitutas, que no deberían poder ejercer desde el pasado 29 de agosto a raíz de una resolución de la Conselleria de Salut, que prohibía su actividad con el objetivo de frenar el avance de la pandemia. Con este fin, la consellera de Presidència, Cultura i Igualtat, Pilar Costa, envió pocos días después de decretarse la prohibición una carta a la ministra de Igualdad solicitándole ayuda.

En la misiva, dirigida a la ministra Irene Montero, Costa recuerda que en las Islas se acordó «suspender todas aquellas actividades que faciliten o posibiliten el ejercicio de la prostitución, como por ejemplo prostíbulos, clubes de citas, sitios con espacios reservados a contactos, etcétera, por lo que permanecerán cerrados al público este tipo de establecimientos, con independencia de la licencia de actividad bajo la que operen». Por lo tanto, añade Costa, «solicitamos al Gobierno de España su colaboración económica para dar apoyo y atención a las mujeres que a partir de ahora necesi-

Estimada señora:

Me pongo en contacto con usted para comunicarle que, con fecha del 28 de agosto, el Gobierno de la Comunidad Autónoma de las Illes Balears prohibió toda actividad de clubes de citas, prostíbulos y locales de actividades similares, mediante una resolución publicada en el Boletín Oficial de las Illes Balears extraordinario, número 149, de día 28 de agosto, 2020.

XIX. Actividad de los clubes de citas y prostíbulos
- Se suspenden todas aquellas actividades que faciliten o posibiliten el ejercicio de prostitución, como por ejemplo prostíbulos, clubes de citas, sitios con espacios reservados a contactos, etc., por lo que permanecerán cerrados al público estos tipos de establecimientos, con independencia de la licencia de actividad bajo la que operen.

Una vez adoptadas estas medidas, tan necesarias, solicitamos al Gobierno de España su colaboración económica para dar apoyo y atención a las mujeres que a partir de ahora necesitarán ayuda en ámbitos como la vivienda o la alimentación.

Esperando que el Gobierno de España sea sensible a esta petición, quedamos a su disposición para trabajar conjuntamente en beneficio de las mujeres afectadas y seguir combatiendo la prostitución y la trata.

Reciba un cordial saludo.



Pilar Costa i Serra
Consejera de Presidència, Cultura e Igualdad

Carta. Pilar Costa dirigió una carta a la ministra Irene Montero pidiéndole «colaboración económica» para ayudar a las prostitutas «en ámbitos como la vivienda o la alimentación».

tarán ayuda en ámbitos como la alimentación o la vivienda».

Sin alternativa

Médicos del Mundo es una de las entidades que trabajan para la reinserción social de las prostitutas. Su coordinadora en Balears, Belén Matesanz, explica que pese a la re-

solución del Govern se sigue ejerciendo la prostitución. «Aquí no hay licencias específicas para clubes de alterne o locales de citas. Los establecimientos de prostitución operan con licencias de locales de copas, de espectáculos o de restaurantes, por ejemplo, y aunque es cierto que una parte han ce-

rrado hay muchos que siguen abiertos. Además, también están las prostitutas que ejercen en pisos, sin licencia, que siguen abiertos».

Matesanz indica que las mujeres están «atrapadas». «No quieren ejercer, pero están en una situación muy complicada y no tienen alternativa. En muchos casos no tienen papeles (nacionalidad española), de manera que les resulta imposible acceder a las ayudas públicas. De hecho, si no disponen de una cuenta corriente ya no pueden tener ayudas. Por otro lado, muy pocas

► A LA ESPERA

Entidades e instituciones aguardan la respuesta de Madrid para ofrecer una alternativa a las mujeres

de las que han solicitado el Ingreso Mínimo Vital (la prestación que el Gobierno habilitó para prevenir el riesgo de pobreza y de exclusión social) han obtenido respuesta. Y sin una resolución que se las deniegue tampoco pueden pedir la Renda Mínima d'Inserció». La Renda Mínima d'Inserció es una ayuda autonómica con el mismo fin que el Ingreso Mínimo Vital.

Matesanz señala que Médicos del Mundo y otras entidades que auxilian a las prostitutas tienen reuniones pendientes con las instituciones para ofrecer alternativas que permitan a las mujeres abandonar la prostitución.

«Precisamente aguardamos la respuesta del Gobierno a la carta de Pilar Costa para saber cómo podemos actuar». Sin los recursos de Madrid, «ofrecerles una alternativa viable es casi imposible», asegura.

Por otro lado, fuentes del Govern informan de que el Institut Balear de la Dona y Afers Socials han concedido distintas ayudas (pisos del IBAVI y servicios que les permitan regularizar su situación y acceder a las ayudas públicas a las entidades que trabajan con prostitutas) para facilitar su reinserción.



Algunos de los finalistas de la categoría Connect'Up Start, en las instalaciones del Parc Bit. Foto: MACANELLAS

P.Berga | PALMA

Connect'Up es el programa de formación y mentorización fruto de una conexión que aúna a la mayor parte de entidades y empresas innovadoras de Balears. El concurso de emprendeduría organizado por el Grup Serra y patrocinado por CaixaBank sigue con el plan de formación previsto para el mes de septiembre. Un programa específico para la categoría Start (proyectos en fase semilla o empresas constituidas con un máximo de tres años) y la categoría Grow (empresas con más de tres años de antigüedad con un proyecto de innovación en fase inicial). Los finalistas de la tercera edición siguen inmersos en el intenso programa formativo y todavía deben afrontar algunas sesiones antes de enfrentarse a la presentación final de los proyectos ante el jurado de Connect'Up 2020.

Visión

Soft Skills son las competencias que la organización de Connect'Up ha creado dentro del intenso programa formativo, con el objetivo de mejorar las habilidades interpersonales, de comunicación y liderazgo, con el fin de enriquecer el desempeño profesio-

Habilidades y psicología empresarial a cargo de la UIB

► Federico Leguizamo da las claves ante la aventura del emprendedor

sional de los miembros de cada proyecto.

Federico Leguizamo, técnico de innovación en el vicerrectorado de Innovación y Relaciones Institucionales de la Universitat de les Illes Balears (UIB), repite por segunda vez como formador en el concurso de emprendeduría. Bajo el

título 'Habilidades y psicología empresarial', Leguizamo fue el encargado de impartir dicha formación, basada en dar a conocer a los participantes de la categoría Start una serie de pautas y habilidades psicológicas que tienen que ver con la aventura de ser emprendedor. Según explica Leguizamo: «La emprendeduría es un concepto muy atractivo que se vende muy bien, pero el día a día de un Startup es muy complejo y hay que tener mucho cuidado con el 'Síndrome del emprendedor'». Además, Leguizamo añade que «el 90 por ciento de las

→ EL APUNTE

La colaboración esencial de la Fundació Bit

► La Fundació Bit es una de las entidades colaboradoras que participa activamente en la tercera edición de Connect'Up. El Parc Bit, parque tecnológico y sede de la Fundació Bit, colabora en el proyecto emprendedor, cediendo sus instalaciones y asegurándose de que las formaciones se impartan en un ambiente seguro, además de ser parte de los formadores con su programa Emprenbit.

de Connect'Up sean conscientes de que la el viaje del emprendedor no es un camino de rosas y hay que saber gestionar la otra cara del emprendimiento ante nuevas situaciones», añade.

Para Leguizamo, Connect'Up es un programa muy completo en el que se crea una comunidad de emprendedores y supone una oportunidad de dar visibilidad al talento innovador de las Islas. «La vida del emprendedor es muy solitaria y el poder tener la oportunidad de tener cerca a otros emprendedores conectados es muy estimulante».

Oportunidad

Connect'Up es una oportunidad para los modelos de negocio y sus representantes que apuestan por la innovación. «De los proyectos de este año, espero que traigan beneficios a la sociedad y que sean empresas que puedan contribuir al crecimiento económicos de la Isla», concluye Leguizamo.

Startup fracasan y lo que se esconde detrás de todo este proceso, es una enorme presión». «Lo que se pretende con esta formación es dar a conocer las técnicas necesarias para que los finalistas

Siete de cada diez adolescentes consumen contenidos sexuales de forma habitual

Efe | MADRID

La edad de inicio en el consumo de pornografía descendió hasta los 12 años y casi 7 de cada 10 adolescentes ven estos contenidos sexuales de forma frecuente, aunque con importantes diferencias por sexos, ya que mientras que en los chicos este consumo es prácticamente diario, en ellas se produce una vez a la semana.

Es una de las conclusiones del informe '(Des)información sexual: pornografía y adolescencia' que elaboró Save the Children a partir de entrevistas a 1.753 adolescentes para estudiar el consumo de contenidos sexuales entre los jóvenes y el impacto que estos tienen en sus relaciones y su desarrollo.

El consumo de pornografía está ampliamente extendido entre

los adolescentes españoles y, según el director general de Save the Children, Andrés Conde, el fácil acceso de los menores a la tecnología está detrás de este adelanto en la edad de inicio.

El 62,5 % de los chavales de entre 13 y 17 años consume porno, aunque con importantes variaciones por sexo (el 39 % de las chicas frente al 87,5 % de los chicos).



El consumo de pornografía en los chicos es prácticamente a diario.

Costa reclama a Montero «ir más allá» con medidas para poner fin a la prostitución

► La consellera de Presidència participó en una reunión con la ministra de **Igualdad**

M.R. | PALMA

La conselleria de Presidència, Cultura i Igualtat, Pilar Costa, planteó ayer a la ministra de Igualdad, Irene Montero, que después de las medidas tomadas durante la pandemia con el cierre de establecimientos en que se ejerce la prostitución, «se tiene que ir más allá». Costa subrayó que esta decisión «tiene que ir acompañada, desde el punto de vista legislativo, con medidas que tiendan a la abolición, y hacerlo acompañando a estas mujeres para que tengan una salida de la prostitución a través de la formación, pero también con ayudas y recursos habitacionales».

Así lo expuso en la reunión telemática de coordinación entre el Gobierno y las consejerías de Igualdad de todas las comunidades.

Como publicó este periódico, Costa ya envió una carta a Montero para reclamar ayuda estatal para acompañar a estas mujeres en su salida de la prostitución. En el transcurso del encuentro, en el que también participó la directora del Institut Balear de la Dona, Maria Duran, se puso de manifiesto la labor de la entidad en atender y

acompañar a las mujeres víctimas de violencia machista.

En el ámbito de la corresponsabilidad y la conciliación laboral y familiar, la consellera Costa propuso al Estado la elaboración de un plan global sobre corresponsabilidad que se podría financiar a través de los Fondos europeos para la recuperación económica. Detalló que se trataría de un plan que se concebiría «para dar ayudas a las comunidades autónomas que, como Balears, están trabajando en planes de conciliación».

Por su parte, la ministra Montero presentó la Estrategia Nacional para la erradicación de las violencias machistas, que incluirá medidas dirigidas a combatir todas las formas de violencias de género. Asimismo, avanzó la intención de promover la ley de tiempo corresponsable junto al Ministerio de Trabajo. La secretaria de Estado de Igualdad y contra la Violencia de Género, Noelia Vera, explicó que se elaborará un Mapa Estatal de Cuidados «que pueda servir de herramienta común, adaptada a las condiciones de cada autonomía o municipio» para fortalecer el estado del bienestar.

La nueva Unidad de la Obesidad de Juaneda Hospitales ofrece una atención integral médica, quirúrgica, nutricional y psicológica al sobrepeso y las enfermedades derivadas

REDACCIÓN

Juaneda Hospitales ha culminado la puesta en marcha de la nueva Unidad de Obesidad, con la incorporación de los reputados médicos endocrinólogos doctores Luis Masmiquel Comas y Luis Alberto Gómez Gómez y el equipo de su Instituto Balear de Endocrinología y Nutrición. Todo un servicio de alta calidad de Endocrinología y Nutrición, ahora de esta red asistencial privada.

La tipología de paciente que puede beneficiarse de esta unidad es la de todo aquel con cualquier grado de sobrepeso u obesidad, entendida ésta como una enfermedad, en sus distintos grados y variedades, y como prevención del sobrepeso, en aquellas situaciones de riesgo elevado como son la menopausia, dejar de fumar, la prediabetes o el síndrome del ovario poliquístico, que será atendida desde una perspectiva multidisciplinaria médica, quirúrgica, digestiva, psicológica y nutricional por equipos especializados.

Las técnicas más avanzadas

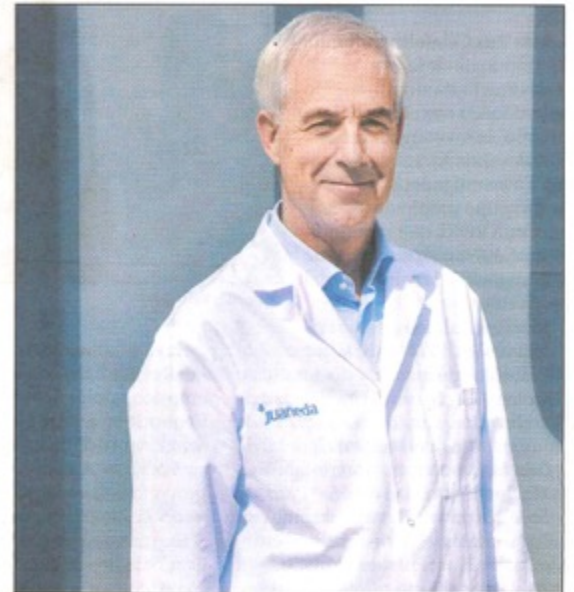
La Unidad de Obesidad de Juaneda Hospitales dispone de las técnicas más avanzadas para tratar cualquier grado de sobrepeso, incluido los casos más graves que precisan grandes pérdidas ponderales, cirugía metabólica o de la diabetes, que sufra comorbilidades del sobrepeso como diabetes, apnea del sueño, hipertensión, hipercolesterolemia o enfermedades cardiovasculares, reflujo gastroesofágico, perimenopausia, infertilidad, impotencia, etcétera. Se trata de enfermedades todas ellas asociadas a la obesidad, problemas metabólicos y hormonales en general. También, los equipos especializados de la unidad incluyen la atención a otros problemas también asociados al sobrepeso, como puedan ser las alteraciones de la conducta alimentaria.

La unidad está sustentada en un equipo médico endocrino, dirigido por los doctores Masmiquel y Gómez, que cuenta con otros especialistas en Endocrinología y Nutrición: el Dr. Sergio Díaz, la Dra. July Montañó y la Dra. Francisca Caimari.

Esta unidad ofrece una aten-



El doctor Luis Masmiquel Comas.



El doctor Luis Alberto Gómez Gómez.

ción multidisciplinaria basada en el trabajo con otras especialidades:

Un equipo médico del aparato digestivo que está integrado por expertos de la Red Asistencial Juaneda en técnicas avanzadas de endoscopia digestiva para el tratamiento de la obesidad que permiten acceder en muchos casos a la solución de problemas relacionados con la obesidad mediante técnicas endoscópicas no invasivas.

Un equipo quirúrgico, integrado por profesionales expertos en cirugía mínimamente invasiva de la obesidad, los doctores José Andrés Cifuentes y Salvador Pascual, actualmente en exclusiva en Juaneda Hospitales en lo que se refiere a su desempeño de la actividad médica en el ámbito privado.

La atención psicológica, que ofrece la psicóloga Raquel Valera, es fundamental en el tratamiento integral de la obesidad, al igual que el asesoramiento en nutrición, que en esta nueva unidad prestan las nutricionistas Margarita Morrey y Luisa Cristina Ayala y la educadora María Puga.

Procedimientos quirúrgicos

El tratamiento de los casos más complejos de obesidad se realiza con procedimientos quirúrgicos avanzados, con los que cuenta la Unidad de Obesidad

de Juaneda Hospitales. Los procedimientos endoscópicos son mínimamente invasivos y el paciente no suele precisar hospitalización y su convalecencia y recuperación son rápidas y cómodas. Los procedimientos quirúrgicos son laparoscópicos con lo que se utilizan pequeños orificios y la recuperación es rá-

pida. Solo requieren ingresos de 24-48 horas.

Entre las intervenciones que realizan los cirujanos de esta Unidad se cuenta el Sleeve o manga gástrica, una resección del fundus del estómago, donde se almacenan los alimentos y se secretan hormonas favorecedoras del apetito, dejando la

parte encargada de la trituración, logrando de ese modo una reducción del consumo de los alimentos por el paciente.

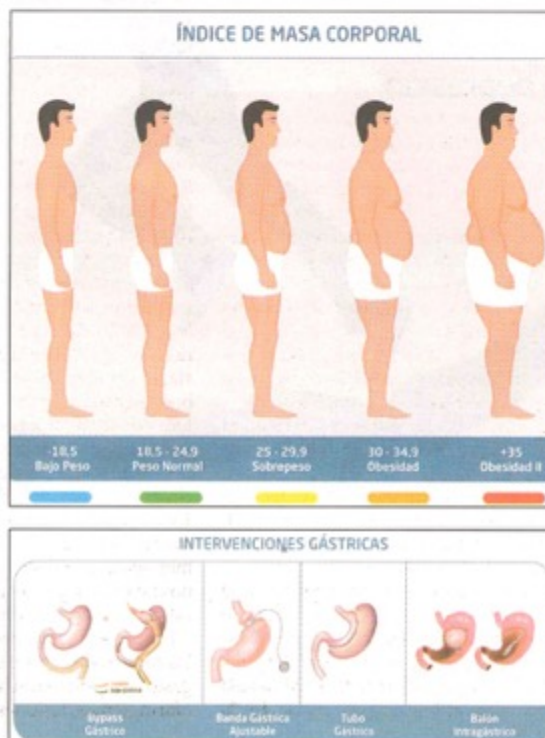
El Bypass Gástrico en Y de Roux es un procedimiento quirúrgico en el que se separa la parte superior del estómago de la parte inferior. La parte superior se conecta después a un extremo del intestino delgado, de modo que la nueva bolsa del estómago restringe la cantidad de comida que se puede comer, se disminuye la absorción de los alimentos y aumenta la saciedad.

Procedimiento SADIS

También se realiza en esta unidad el procedimiento llamado SADIS, otro tipo de bypass, y la derivación biliopancreática, otro procedimiento quirúrgico en el que se extirpan porciones del estómago, dejando una pequeña bolsa remanente que se conecta directamente al final del intestino delgado, evitando la parte superior de los intestinos.

De ese modo permanece allí, en el segmento final del intestino delgado, un canal común en el cual se mezclan la bilis y los jugos digestivos pancreáticos antes de entrar al colon. La pérdida de peso se derivará de que la mayoría de las calorías y nutrientes son dirigidos al colon, donde no son absorbidos.

La cirugía de la diabetes o





El Dr. José Andrés Cifuentes.



El Dr. Salvador Pascual.

metabólica es otro de los procedimientos que se ofrecen en Juaneda Hospitales y que actúa sobre las hormonas digestivas que activan el páncreas. En estos pacientes mejora la secreción y la sensibilidad a la insulina. Con este método, se puede curar una gran mayoría de los pacientes con diabetes Tipo 2 y prácticamente todos los pacientes tratados con insulina dejan de necesitarla.

El proceso de la cirugía metabólica quirúrgico mejora otros problemas, como el colesterol elevado.

Para pacientes con fracaso de cirugías previas de pérdida de peso, la Unidad de la Obesidad de Juaneda Hospitales ofrece la llamada cirugía de revisión, con el objetivo de volver al peso que para cada caso, el especialista haya determinado como ideal y, al mismo tiempo, solucionar las comorbilidades que se hayan podido dar en el paciente.

Balones intragástricos

Dentro de las técnicas endoscópicas que se realizan en esta unidad se encuentra la colocación de los balones intragástricos que, introducidos antes de ser hinchados por la boca y el esófago, se despliegan en el interior del estómago reduciendo su volumen y con ello adelantando la sensación de saciedad y limitando la absorción de grasas.

Otro procedimiento endoscópico es el de los métodos de funduplicatura, como el Método Apollo, que consiste en una reducción del estómago (con el mismo objetivo terapéutico que los procedimientos anteriores) mediante suturas de

toda la pared gástrica. La intervención requiere un postoperatorio de tan solo 24 horas.

Juaneda Hospitales hace, con la puesta en marcha de esta Unidad de la Obesidad, una fuerte apuesta por poner a dis-

posición de sus pacientes procedimientos más avanzados la mayoría de ellos, mínimamente invasivos.

Sus especialistas son expertos también en los novísimos tratamientos farmacológicos

contra determinados tipos de obesidad. Es el caso de los agonistas del péptido, similar al glucagón de tipo-1 (inyección subcutánea), medicaciones orales de efecto central y medicamentos inhibidores de la ab-

sorción intestinal de lípidos.

Junto a todos estos tratamientos médicos y/o quirúrgicos se ofrecen en la unidad técnicas conductuales de apoyo psicológico y técnicas de apoyo nutricional.

Tratamiento multidisciplinar

La nueva Unidad de Obesidad del Instituto Balear de Endocrinología y Nutrición ofrece como distintivo el tratamiento multidisciplinar y la valoración altamente personalizada de cada caso por expertos en endocrinología y nutrición, dietistas, apoyo psicológico, cirujanos y endoscopistas/gastroenterólogos de prestigio y amplia experiencia.

El apoyo y seguimiento continuo por este equipo multidisciplinar tiene como objetivo facilitar el éxito a largo plazo, ofreciendo al paciente la garantía de saber que se encuentra en manos de un equipo integrado por todos los especialistas implicados en los problemas de la obesidad y derivados de la misma.

“La obesidad es causa de grandes sufrimientos y uno de los problemas sociosanitarios más prevalentes”

“La obesidad es causa de grandes sufrimientos y uno de los problemas sociosanitarios más prevalentes”. Así comenzaba el discurso de entrada en la Real Academia de Medicina de las Islas Baleares del doctor en Medicina y especialista en Endocrinología, Luis Masmiquel, codirector del Instituto Balear de Endocrinología de Juaneda Hospitales.

Este médico, investigador y académico mallorquín destaca como hace ya dos siglos el fisiólogo Malcom Flemyng había escrito: “No todos los gordos son grandes comedores, ni todas las personas delgadas comen poco. Con frecuencia es al contrario”, evidenciando la multiplicidad de factores responsables de la obesidad.

El Dr. Masmiquel destacó ante los académicos de la Real Academia de Medicina que “la obesidad debe ser entendida como una enfermedad crónica, igual que la diabetes o la hipertensión; es más, una enfermedad responsable de muchas otras enfermedades, pues es difícil encontrar una patología que no sea más prevalente en el paciente obeso”.

Tampoco lo es hallar una enfermedad cuya condición no empeore con la aparición de una obesidad. En 2013 la American Medical Association (AMA), reconoció la obesidad como una enfermedad, como forma de legitimar la obesidad y mejorar su tratamiento.

“La obesidad se define como un exceso de grasa corporal –explicó el especialista de Juaneda Hospitales –que se asocia a un aumento claro de riesgo para la salud. En general se considera que existe obesidad cuando el porcentaje de la masa grasa excede el 25%

del peso corporal en hombres y el 33% en mujeres.”

Se considera que la obesidad es grave (o mórbida) cuando el IMC es superior a 39,9. El IMC es práctico y se correlaciona bien con el porcentaje de grasa. La OMS considera obesidad abdominal un perímetro superior o igual a 102 cm en hombres y 88 cm en mujeres, como otro indicador de la gravedad o riesgo de esta patología.

El especialista en Endocrinología hace especial énfasis en que “la prevalencia de obesidad está alcanzando proporciones de pandemia mundial. Estimaciones recientes calculan que existen alrededor de 2.100 millones de personas con sobrepeso u obesidad.” En 2030 casi la mitad de la población mundial tendrá obesidad o sobrepeso.

“En la aparición de la obesidad juegan 200 factores conocidos, algunos protagonistas clásicos y otros más recientes e impensables hasta hace poco”, señala el especialista y enumera entre los clásicos: la edad, la menopausia, la genética, el sedentarismo, la sobreingesta, determinados fármacos y enfermedades neurológicas o endocrinas.

El envejecimiento se asocia a alteraciones nutricionales, inactividad física, declive de hormonas anabólicas como IGF-1 y esteroides sexuales, que dan un aumento de la masa grasa. En la menopausia la disminución de estrógenos favorece un aumento de grasa visceral y una mayor insulineresistencia.

Enfermedades neurológicas afectan a los centros de control de la ingesta y del gasto energético en el hipotálamo (craneofaringiomas, lesiones por radioterapia

o neurocirugía); enfermedades endocrinas como los síndromes de Cushing, ovario poliquístico, el hipotiroidismo y el insulinoma producen obesidad.

El especialista advierte: “La obesidad tiene un coste elevadísimo en términos médicos, de calidad de vida y económicos. Es la segunda causa de muerte evitable por hábitos personales, (tras el tabaquismo). En España, el exceso de peso se asocia el 54% de las muertes en los hombres y el 48% en las mujeres.”

La obesidad se asocia al síndrome metabólico y aumenta de forma considerable el riesgo de diabetes, hipertensión arterial, hiperlipidemia, arritmias y enfermedad cardiovascular aterosclerótica. Por cada aumento de 7 kg. de peso, el riesgo de diabetes se incrementa en un 50%. La prevalencia de diabetes en pacientes con obesidad mórbida se aproxima al 100%. El 70% de los casos de diabetes se debe a la obesidad.

En personas con obesidad y diabetes, la primera dificultad especialmente el control de la segunda, más aún en los pacientes de alto riesgo cardiometabólico. La obesidad es una causa prevenible de cáncer de colon, mama, endometrio, riñón, esófago y páncreas, entre otras enfermedades oncológicas. Al igual que para casi todas las enfermedades, es destacable que el pronóstico y la evolución de la infección por COVID19 empeora mucho en pacientes obesos. En este sentido, en una pandemia como la que estamos viviendo, se recomienda una disminución ponderal y el control del peso de los pacientes con obesidad.