

MEMORIA
2020

fita
fundación

FITA Fundación, es una organización sin ánimo de lucro que trabaja para mejorar la calidad de vida de las personas que padecen Trastornos de la Conducta Alimentaria, Trastornos de Conducta y otras problemáticas que afectan a su salud mental y como consecuencia a su bienestar físico, emocional y social.

FITA está inscrita en el Registro de Fundaciones del Ministerio de Educación, Cultura y Deporte con el número 662, y por lo tanto, su ámbito de actuación abarca todo el territorio español.

Los trastornos mentales y las problemáticas que conllevan se han convertido en un grave problema sanitario con graves consecuencias para la salud física, social y psicológica de quienes los padecen, afectando de manera notable al núcleo familiar y social. Por ello, nos centramos en el desarrollo de programas:

1. **Asistenciales y rehabilitadores**
2. **Preventivos y formativos**
3. **De sensibilización y difusión**

1. Programas asistenciales y rehabilitadores

1.1. Pisos Terapéuticos

FITA dispone de un **recurso residencial** situado en Barcelona, los **Pisos Terapéuticos**, se trata de 45 plazas distribuidas en 3 pisos de diferentes niveles de intervención e intensidad para personas afectadas de TCA y TC, donde se realiza un acompañamiento socioeducativo y terapéutico para promover su autonomía, la inclusión social y posibilitar que las personas atendidas puedan desarrollar un proceso de vida autónomo e independiente una vez finalizado el proceso dentro del recurso.

Nuestro abordaje es integral, pone especial énfasis en la comprensión y abordaje bio-psico-social, considerando que es fundamental trabajar con todos aquellos aspectos externos que puedan influir sobre los objetivos definidos. Esto supone no sólo la intervención sobre la persona que sufre estas patologías, sino que implica intervenir sobre toda su realidad social y familiar.



Un equipo multidisciplinar desarrolla los itinerarios individuales, diseña las actividades diarias del paciente, potenciando los aspectos personales que puedan incidir en la consecución de unos mínimos de autonomía, afianzando y complementando los avances que se realizan en el tratamiento clínico. Para garantizar la eficacia y profundidad en los tratamientos, estos se llevan a cabo desde un formato multimodal: intervención individual, grupal, orientación laboral y/o académica, con el objetivo de mejorar las áreas:

Conductual
Cognitivo-emocional
Sociofamiliar
Autonomía personal

Concretamente, este 2020 hemos llevado a cabo las siguientes actividades dentro del recurso:

- **Grupo terapéutico:** Espacio de terapia de grupo donde se abordan las dificultades o temas planteados por los usuarios del grupo o por los profesionales.

- **Asamblea de convivencia:** Por medio de este espacio, se potencian actitudes, normas y valores. Se analizan las diferentes situaciones que obstaculizan la convivencia, así como se trabaja la resolución de conflictos que se dan en la convivencia y en el día a día. También es un espacio para abordar y compartir situaciones de comportamiento y, así, llegar a acuerdos y compromisos que vengan dados por los propios participantes y que mejoren el entorno en el que conviven.

- **Grupo de organización doméstica:** Es un espacio donde se trabaja la educación en hábitos de alimentación saludables, así como en hábitos de limpieza, fomentando la participación, la reflexión y la toma de decisiones con el fin de que los beneficiarios adquieran competencias para su autonomía e independencia. La educación en hábitos de alimentación saludables va dirigida a alcanzar nuevos hábitos de alimentación, desmitificando creencias en torno a la alimentación desde una actitud crítica, que les permita escoger lo que quieren y lo que deben comer para mantener una buena salud.

- **Taller de ocio:** Principalmente encaminado a la planificación del tiempo libre del fin de semana a fin de mejorar sus relaciones sociales, la capacidad de búsqueda de información para actividades lúdicas, y la promoción del ocio sano y alternativo.

La coordinación de este recurso con otros dispositivos y departamentos es básica, la comunicación con derivadores y servicios sanitarios y sociales de referencia se hace de una manera sistemática y continuada.

A lo largo del 2020 se han atendido 56 usuarios en nuestro recurso de Pisos Terapéuticos, de ellos 27 han sido nuevos ingresos. El 77% han sido mujeres y el 23% hombres. La media de edad ha sido de 25 años. La estancia media ha sido de 168 días.

1.2. Piso de Autonomía

Se trata de un dispositivo que combina la atención individualizada y la inclusión de la persona en el entorno social y laboral de proximidad con el fin de lograr la autonomía necesaria. Acompañamos al joven en el tránsito hacia la vida adulta, mediante el apoyo necesario ante las dificultades y adversidades que se puede encontrar, ofreciendo apoyo emocional y social en su día a día. Este recurso se encuentra ubicado en la población de La Navata-



Galapagar (Madrid) y está dirigido a jóvenes ex tutelados, de 18 a 21 años, con un diagnóstico de trastorno de salud mental y/o discapacidad mental ligera.

Concretamente se persiguen los siguientes objetivos: desarrollar hábitos y rutinas saludables en la alimentación, higiene y autocuidado, desarrollar un proyecto de vida autónomo que incluya la inserción social y laboral, y potenciar sus propios recursos y habilidades personales.

Durante el año 2020 se ha atendido a 12 jóvenes en nuestro recurso de Piso de Autonomía.

1.3. Programa de Promoción a la Autonomía Personal y Apoyo y Acompañamiento en el Propio Hogar

El Programa de Promoción a la Autonomía Personal se articula como un servicio integral que contempla la atención a las necesidades sociales, relacionales, laborales y formativas de la persona afectada de TCA y TC, extensible a otras patologías mentales, y también la de su familia o personas cuidadoras. Las personas que acceden al Programa pueden beneficiarse de todos los servicios disponibles según sus necesidades

En la mayoría de los casos, hay una afectación en las áreas del cuidado personal, de las relaciones sociales y del itinerario laboral y/o formativo. Trabajar en la recuperación de un proyecto de vida propio que incluya la definición de un itinerario formativo y profesional, el desarrollo y mantenimiento de una red social propia, y el descubrimiento de intereses y aficiones por un ocio saludable son claves en la recuperación.



El acceso al programa es libre y voluntario, y en él se trabajan de manera complementaria o individualizada las siguientes áreas:

Acompañamiento Social Individualizado
Talleres Educativos
Servicios de Orientación Laboral y Ocupacional
Promoción de la Autonomía y Atención Familiar

El Programa de Apoyo y Acompañamiento en el Propio Hogar está dirigido a personas con TCA (a partir de 18 años) que viven solas, en familia o compañeros de piso y necesitan de un apoyo personal en la gestión del día a día: organización de tareas personales, laborales y alimentarias en la fase final del tratamiento.

Se desarrolla en el domicilio de la persona atendida y en coordinación con su equipo terapéutico.

La intervención por parte del equipo del programa debe ir encaminada a potenciar los aprendizajes adquiridos a lo largo del tratamiento y ponerlos en práctica en el contexto personal del usuario/a con el objetivo de potenciar su autonomía y prevenir posibles recaídas. Concretamente se trabaja:

- Reforzar el proceso terapéutico del usuario/a**
- Desarrollar hábitos y rutinas saludables en la alimentación, higiene y autocuidado**
- Desarrollar un proyecto de vida autónomo que incluya la inserción social y laboral**
- Potenciar sus propios recursos y habilidades personales**
- Facilitar la vinculación de la persona en su contexto social y comunitario**

Debido a la pandemia ocasionada por el Covid-19, durante este año nos hemos adaptado realizando los acompañamientos individuales y las actividades grupales telemáticamente hasta que la situación sanitaria nos permitió volver a la presencialidad de manera segura y siguiendo todas las medidas de protección necesarias.

A lo largo del 2020 se han atendido 51 personas en los servicios de orientación académica, ocio saludable e inserción laboral.

1.4. Becas de tratamiento



En el marco de las líneas estratégicas para el año 2020, FITA ha mantenido el Programa de Becas de Tratamiento Especializado que se creó al inicio de la actividad de la Fundación mediante las aportaciones de entidades públicas, privadas, fundaciones, empresas y particulares con el fin de permitir la cobertura económica del tratamiento, total o parcial, a aquellas personas que no cuentan con los recursos económicos suficientes para financiarlo.

Durante el año 2020, 6 personas se han beneficiado de una beca de tratamiento total o parcial.

1.5. Servicio de asesoramiento a familias y profesionales educativos y sociales

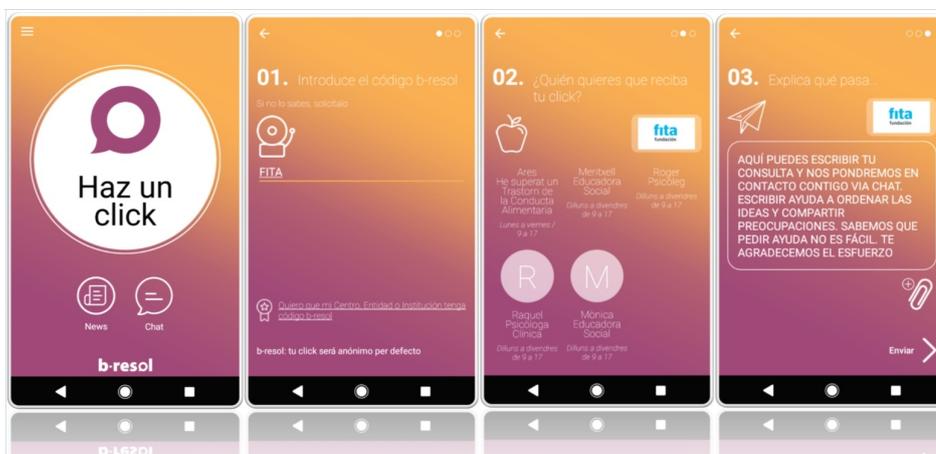
Nuestro equipo profesional ha ofrecido asesoramiento a familiares y profesionales educativos y sociales en referencia a la salud mental de sus hijos, hijas y alumnado. Nos han contactado por teléfono o correo electrónico y han sido atendidas y/o derivadas, en caso de ser necesario.

Unos 89 familiares y/o profesionales educativos o sociales han contactado con la Fundación FITA buscando asesoramiento referente a la salud mental de algún/a joven o adolescente.

1.6. Servicio de orientación psicosocial mediante la app gratuita B-Resol

En pleno confinamiento durante la primavera pasada, abrimos un servicio de orientación psicosocial mediante la app gratuita B-Resol donde quien lo necesite puede contactar vía chat, mediante cuatro sencillos pasos y con sólo un teléfono móvil y conexión a internet, con nuestro equipo de profesionales y personas voluntarias para compartir sus dudas y preocupaciones.

El objetivo de este servicio es ofrecer un espacio de orientación psicológica y social para prevenir la aparición de problemáticas de salud mental, facilitar herramientas para una parentalidad positiva, promover la detección temprana y facilitar el acceso a un tratamiento especializado.



80 personas se han usado nuestro servicio de orientación psicosocial mediante la app gratuita B-Resol durante el año 2020.

2. Programas Preventivos y Formativos

2.1. Talleres de prevención de los trastornos mentales de inicio en la adolescencia dirigidos a alumnado, personal docente y familias

Más del 50% de los Trastornos Mentales que se dan en la edad adulta, se inician en la adolescencia, por eso desde FITA desarrollamos programas de prevención y de promoción de la salud, ya que fomentar los factores de protección entre nuestros adolescentes permite un abordaje precoz de estas enfermedades, mejora su pronóstico, y reduce la incidencia de los trastornos mentales entre la población de riesgo.

Nuestra actividad preventiva se dirige a adolescentes, familias, educadores, profesionales del ámbito sanitario y agentes sociales, con el objetivo de facilitar herramientas para hacer frente a la manifestación de los síntomas.



Del mismo modo, realizamos talleres formativos dirigidos a profesionales de cualquier ámbito que trabajen con jóvenes, niños y/o adolescentes con el objetivo de facilitar conocimientos básicos sobre los Trastornos Mentales.

A lo largo del 2020 hemos realizado 24 talleres, entre presenciales y online, de prevención de los TCA y TC distribuidos entre alumnado, familiares y personal docente.

El número de beneficiarios supera las 770 personas.

2.2 Formación permanente para el profesorado

Este 2020 también hemos organizado un curso online mediante la plataforma Moodle sobre educación y bienestar socioemocional del adolescente. Se trata de una formación de 30 horas de duración dirigida a profesores y orientadores de Educación Secundaria Obligatoria, Ciclos Formativos de Grado Medio, Ciclos Formativos de Grado Superior, Enseñanzas artísticas, Formación Profesional Básica y Bachillerato.

Mediante este curso perseguimos los siguientes objetivos en el profesorado:

1. Conocer y entender el impacto del Covid-19 y la nueva normalidad en el bienestar socioemocional de los adolescentes.
2. Comprender los principales Trastornos Mentales de inicio en la etapa adolescente y lo que se esconde tras ellos.
3. Facilitar recursos y herramientas para poder detectar factores de riesgo y señales de alerta de un malestar socioemocional que puede desencadenar una problemática de salud mental.
4. Desarrollar estrategias para poder acompañar al adolescente ante un malestar emocional potenciando la educación inclusiva.
5. Promover el desarrollo de actividades que mejoren el bienestar socioemocional del adolescente y el grupo, así como la convivencia y el desarrollo de capacidades adaptativas.



El curso *Educación y Bienestar Socioemocional del Adolescente* ha sido reconocido como formación permanente para el profesorado por el Departamento de Educación de la Generalitat de Catalunya y el Departamento de Educación, Cultura y Deporte del Gobierno de Aragón.

De cara al 2021 tenemos reconocidas 6 ediciones más.

2.3. Curso *La prevención de los Trastornos de la Conducta Alimentaria* en el Colegio de Educadoras y Educadores Sociales de Cataluña

Con la colaboración del Colegio de Educadoras y Educadores Sociales de Cataluña hemos organizado un curso de 12h para sus colegiados donde les hemos ofrecido recursos para conocer, detectar y gestionar un trastorno alimentario dentro de los espacios de acompañamiento e intervención de los profesionales de la acción social.

14 profesionales de la acción social se han formado en esta edición.

En 2021 realizaremos una nueva sesión específica en salud mental e impacto del Covid-19 en adolescentes.

3. Programas de Sensibilización y Difusión

FITA quiere dar a conocer la complejidad de los Trastornos Mentales (TM) desde una perspectiva real, huyendo de los estereotipos, transformando activamente la sociedad y fomentando espacios de debate para sensibilizar sobre su problemática.

Aunque se ha avanzado en la comprensión de los TM por parte de la sociedad, todavía hay un gran desconocimiento de su problemática, el desconocimiento provoca rechazo, la persona afectada se aísla, esconde la enfermedad por miedo al estigma y a ser tratado como diferente, y a veces, no pide ayuda por vergüenza.

Estas son algunas de las razones que nos han llevado a desarrollar campañas de sensibilización, como

"Qué sientes cuando no sientes nada" - Es un libro elaborado con el apoyo de personas afectadas de TCA con el objetivo de facilitar una mejor comprensión de los trastornos de la conducta alimentaria, más allá del peso.

Su trabajo en clase, junto con la guía didáctica que acompaña al libro, facilita la detección precoz de los trastornos de la conducta alimentaria. Tanto para los propios jóvenes, como para las familias o los educadores y educadoras, se convierte en factor de protección de las conductas de riesgo que pueden acabar comportando el desarrollo de un TCA, y transmite el mensaje de que los trastornos de la conducta alimentaria se pueden superar si la persona reconoce que está enferma y sigue un tratamiento especializado.



Durante este 2.020 hemos seguido haciendo difusión de esta novela y hemos seguido trabajando en una segunda publicación, en este caso sobre el acoso escolar (bullying), con la participación de agresores y víctimas