



FITA
FUNDACIÓN
Cuida tu salud mental

MEMORIA 2023



FITA FUNDACIÓN

FITA FUNDACIÓN es una entidad sin ánimo de lucro cuya misión principal es contribuir a la prevención, la sensibilización y la comprensión de las problemáticas de salud mental promoviendo el bienestar emocional de la población en general, la detección temprana, la reducción del estigma asociado, así como apoyar y orientar el acceso a tratamientos especializados a las personas que lo requieran.

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 constituyen 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 denominado **Pisos Terapéuticos**. Se trata de 30 plazas distribuidas en 2 pisos de diferentes niveles de intervención e intensidad para personas afectadas de TCA, TC y TEA, 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 y 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/la 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.



1.PROGRAMAS ASISTENCIALES Y REHABILITADORES

Durante este 2023 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 las personas usuarias 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, se trabaja la resolución de conflictos que se dan 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 y propias 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 y de limpieza, fomentando la participación, la reflexión y la toma de decisiones con el fin de que las personas beneficiarias 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 ha sido básica. La comunicación con derivadores y servicios sanitarios y sociales de referencia se ha llevado a cabo de una manera sistemática y continuada.



**A lo largo del 2023 se han atendido
73 usuarios y usuarias en nuestro
recurso de Pisos Terapéuticos, El
75% han sido mujeres y el 25%
hombres.**

1.PROGRAMAS ASISTENCIALES Y REHABILITADORES



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 y la joven en el tránsito hacia la vida adulta, mediante el apoyo necesario ante las dificultades y adversidades que se pueda 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 y ex tuteladas, 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 2023 se ha atendido a 14 jóvenes en nuestro recurso de Piso de Autonomía, 8 hombres y 6 mujeres.

1.PROGRAMAS ASISTENCIALES Y REHABILITADORES

1.3. PROGRAMA DE PROMOCIÓN A LA AUTONOMÍA PERSONAL

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.



A lo largo del 2023 se han atendido 73 personas en los servicios de orientación académica, ocio saludable e inserción laboral.

1.PROGRAMAS ASISTENCIALES Y REHABILITADORES



1.4. BECAS DE TRATAMIENTO



En el marco de las líneas estratégicas para el año 2023, 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 2023, 44 personas se han beneficiado de una beca de tratamiento total o parcial.

1.PROGRAMAS ASISTENCIALES Y REHABILITADORES

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.



26 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.

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 mental, ya que fomentar los factores de protección entre nuestros y nuestras 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/as, 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/as y/o adolescentes con el objetivo de facilitar conocimientos básicos sobre los Trastornos Mentales.

A lo largo del 2023 hemos realizado 97 talleres, presenciales y online, de prevención de los TCA, TC y otras problemáticas de salud mental distribuidos entre alumnado, familiares y personal docente y 1 intervención en el aula.

El número de beneficiarios y beneficiarias supera las 2.500 personas.



2.PROGRAMAS PREVENTIVOS Y FORMATIVOS

2.2 FORMACIÓN PERMANENTE RECONOCIDA PARA EL PROFESORADO

Hemos realizado la 5ª edición del curso *EDUSALUT. Promoción de la salud y el bienestar emocional y mental del alumno. Herramientas para la detección y prevención en el aula*, organizado por la Secretaría Autonómica de Educación y Formación Profesional de la Conselleria de Educación, Cultura y Deporte de la Generalitat Valenciana, dentro del Plan de Formación Permanente del Profesorado para el curso escolar 2022/2023.



Esta formación tuvo una duración de 30 horas y fue realizada semipresencialmente del día 07/02/2023 al día 04/04/2023 por 30 alumnos y alumnas.

2.PROGRAMAS PREVENTIVOS Y FORMATIVOS

2.3. FORMACIÓN EN COLABORACIÓN CON EL MINISTERIO DE RELACIONES INSTITUCIONALES, EDUCACIÓN Y UNIVERSIDADES DE ANDORRA

Este 2023 hemos seguido colaborando con el Ministerio de Relaciones Institucionales, Educación y Universidades de Andorra. Concretamente hemos llevado a cabo las siguientes formaciones de 8 horas dirigidas a docentes:

- *Estrategias para trabajar la salud mental y la autoestima en adolescentes.*
- *Prevención del acoso escolar.*
- *Las heridas relacionales. Comprensión, prevención y detección del acoso escolar en las aulas.*
- *Intervención escolar con alumnos con alteraciones graves de la conducta en primera enseñanza.*
- Hemos participado también en el *Curso de Actualización en Salud Mental* para Enfermeras de la Universidad de Andorra.

210 profesores y profesoras de Andorra se han formado con nosotros



2.PROGRAMAS PREVENTIVOS Y FORMATIVOS

2.4. PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN DE LA SALUD MENTAL EN UNIVERSIDADES

Este año hemos colaborado con las siguientes universidades:

- **Universidad de Gerona:** 3ª edición del curso "*Prevención de los TCA para estudiantes universitarios*" - 100 estudiantes.
- **Universidad Pompeu Fabra:** 2ª edición del curso "*Prevención y promoción de la salud mental para estudiantes universitarios*" – 63 estudiantes.
- Curso "*Promoción de la salud mental entre jóvenes estudiantes universitarios*" donde han participado 155 estudiantes de la Universidad de Gerona, la Universidad Pompeu Fabra y la Universidad Politécnica de Cataluña.



Resultado:

- 318 alumnos y alumnas de las universidades de Cataluña formados y formadas.

3.PROGRAMAS DE SENSIBILIZACIÓN Y DIFUSIÓN

3.1. LECTURAS PARA LA PREVENCIÓN Y SENSIBILIZACION EN EL AULA

FITA quiere dar a conocer la complejidad de los trastornos mentales 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 su comprensión por parte de la sociedad, todavía hay un gran desconocimiento de su problemática. Este desconocimiento provoca rechazo, la persona afectada se aísla, esconde la enfermedad por miedo al estigma y a ser tratado o tratada como diferente.

Por estos motivos, seguimos dando a conocer nuestros libros escritos en colaboración con personas que han vivido problemáticas de salud mental en primera persona y han compartido su testimonio para la elaboración de un texto que permite dar a conocer su vivencia, al mismo tiempo que promueve la prevención y sensibilización. **Los libros constan de una guía didáctica para trabajar en el aula.**

1. **"QUÉ SIENTES CUANDO NO SIENTES NADA"**. Para abordar los Trastornos de la Conducta Alimentaria y la gestión emocional ante las problemáticas de salud mental de inicio en la etapa adolescente.



2. **"PIEDRA PAPEL TIJERA"**. Para abordar el acoso escolar con otros ojos, ser un instrumento de actuación contra el bullying, así como una herramienta de gestión emocional.



Objetivos:

- Orientar al equipo docente para la prevención en el aula.
- Promover la demanda de ayuda.
- Facilitar herramientas para el desarrollo de un protocolo de intervención.

3.PROGRAMAS DE SENSIBILIZACIÓN Y DIFUSIÓN

3.2. PARTICIPACIÓN EN CONGRESOS, JORNADAS Y WEBINARS

Nuestra directora, Raquel Linares, y parte del equipo de la Fundación ha participado este 2023 en los siguientes congresos, jornadas y webinars:

- Participación en dos mesas redondas online sobre prevención de los trastornos alimentarios para la Universidad de Girona el 30 de marzo y el 23 de noviembre.
- Presentación y coloquio de “Petricor”, documental que explica las vivencias de tres mujeres de distintas generaciones que viven con un Trastorno de la Conducta Alimentaria, el 11 de mayo en el Aula Magna de la Facultad de Ciencias de la Universidad de Girona.

Taula rodona
Prevenció dels trastorns de la conducta alimentària
2023 30 MARÇ • 16:00h



Raquel Linares
Directora de FITA Fundació
Psicòloga clínica especialista en el tractament i la prevenció dels TCA



Laia Coll
Responsable dels programes de tractament online de ITA Especialistes en Salut Mental.
Psicòloga clínica, Màster en intervenció psicològica en Trastorns de la Conducta Alimentària i Obesitat



Meritxell Lozano
Responsable de Projectes de FITA Fundació.
Educatora social i psicopedagoga. Especialista en acompanyament social a persones amb TCA



Testimoni
Hi haurà un testimoni en primera persona

Taula rodona
Prevenció dels Trastorns de la conducta alimentària
2023 23 NOVEMBRE • 16:00h



Raquel Linares
Directora de FITA Fundació.
Psicòloga clínica especialista en el tractament i la prevenció dels TCA



Marlona Fandos
Graduada en Psicologia, treballa a FITA Fundació en projectes de prevenció de la salut mental en joves i adolescents



Meritxell Lozano
Responsable de projectes de FITA Fundació.
Educatora social i psicopedagoga. Especialista en acompanyament social a persones amb TCA



Alexia Lacatus
Testimoni de TCA

Moderador Francesc Buxeda i Aliu

Universitat de Girona
Unitat de Compromís Social i Orientació Professional
UCSOP



PETRICOR
Mujeres que se hacen daño

En el marc del Festival de Cinema i Drets Humans de Catalunya IMPACTE
Presentació i col·loqui del documental
11 de maig a les 17h - Aula Magna de la Facultat de Ciències de la UdG

Col·loqui conduït per:

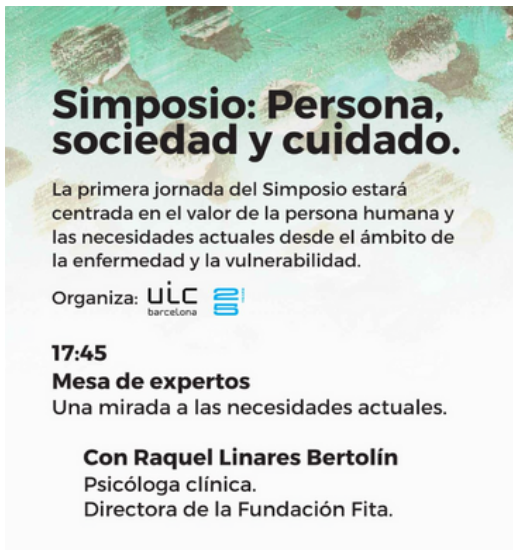
- Victòria Morell Salom, directora del documental
- Raquel Linares Bertollí, directora de la fundació FITA i psicòloga clínica especialista en el tractament i la prevenció dels trastorns de la conducta alimentària i la salut mental d'inici a l'etapa adolescent

ORGANITZA
IMPACTE!

3.PROGRAMAS DE SENSIBILIZACIÓN Y DIFUSIÓN

3.2. PARTICIPACIÓN EN CONGRESOS, JORNADAS Y WEBINARS

- Participación en la mesa de expertos: “una mirada a las necesidades actuales” dentro del Simposio: “Persona, sociedad y cuidado” organizado por la UIC Barcelona el 18 de mayo.
- Presentación de los resultados del estudio del programa de prevención primaria y secundaria de los trastornos alimentarios en la ESO desarrollado en la ciudad de Cerdanyola del Vallès el 1 de diciembre.
- *XXI Jornadas Clínico Educativa “Otras caras del TDAH”* el 14 de diciembre en el espacio Fundación Telefónica de Madrid. Se pueden recuperar los videos de la jornada en el canal de Youtube de la Fundación Educación Activa: <https://www.youtube.com/@CanalEducacionActiva>



Simposio: Persona, sociedad y cuidado.

La primera jornada del Simposio estará centrada en el valor de la persona humana y las necesidades actuales desde el ámbito de la enfermedad y la vulnerabilidad.

Organiza: **UIC** barcelona

17:45
Mesa de expertos
Una mirada a las necesidades actuales.

Con Raquel Linares Bertolín
Psicóloga clínica.
Directora de la Fundación Fita.



XXI
Jornada Clínico Educativa
OTRAS CARAS
DEL TDAH

Espacio Fundación Telefónica • 14 Diciembre 2023 a las 09:00 horas

Organiza: **EDUCACIÓN ACTIVA**

Coordina: **UICEN**

Patrocinadores: **Telefónica**, **Salut**, **FITA FUNDACIÓN**, **GIUNTI**

Colaboradores: **ita**, **CLDE**, **IES**, **IES**, **IES**



www.fitafundacion.org | fita@fitafundacion.org | T. 93.217.62.01