

MEMORIA 2024



¿Quiénes somos?

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:

Asistenciales y rehabilitadores.

Preventivos y formativos.

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 27 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.

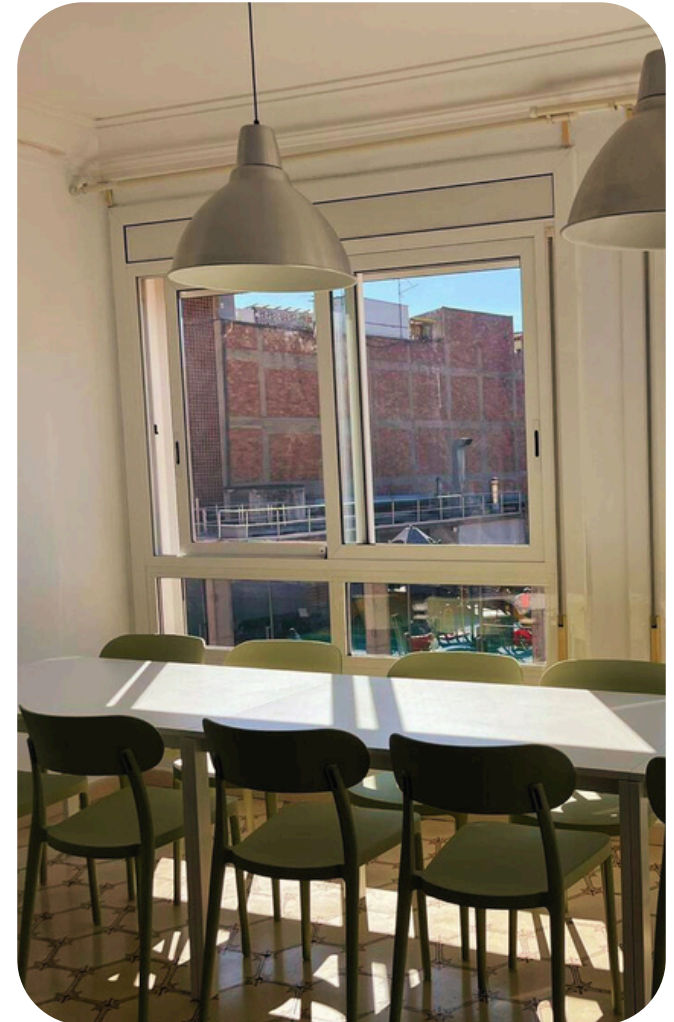
Un equipo multidisciplinar desarrolla los itinerarios individuales, diseña las actividades diarias del/la paciente, potenciando los aspectos personales que puedan incidir en la consecución de unos mínimos de autonomía, afianzando y complementando los avances que se realizan en el tratamiento clínico. 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:

Sociofamiliar

Autonomía personal

Cognitivo-emocional

Conductual



1.PROGRAMAS ASISTENCIALES Y REHABILITADORES

Durante este 2024 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 2024 se han atendido 37 usuarios y usuarias en nuestro recurso de Pisos Terapéuticos, El 81% han sido mujeres y el 19% 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 2024 se ha atendido a 17 jóvenes en nuestro recurso de Piso de Autonomía, 10 hombres y 7 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.

Promoción de la Autonomía y Atención Familiar.

Servicios de Orientación Laboral y Ocupacional.

Talleres Educativos.

A lo largo del 2024 se han atendido 37 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 2024, 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 2024, __ 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.

22 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.PROGRAMAS ASISTENCIALES Y REHABILITADORES

1.6. PROYECTO INTERGENERACIONAL

Hemos creado un trabajo de integración intergeneracional entre de tercera edad que viven en la residencia de mayores de Torre del Mar y chicas adolescentes en tratamiento por un trastorno alimentario.

Como resultado del proyecto se creó un corto documental que se presentó en el cine Albéniz de Málaga a la que asistieron las participantes del proyecto, sus familiares, instituciones y asociaciones relacionadas con la tercera edad de Málaga y que se puede visualizar en el siguiente enlace: <https://vimeo.com/946192181/5308d30256>



8 mujeres de la tercera edad y 5 chicas adolescentes en recuperación por un TCA han participado en este proyecto. Ambas generaciones han mejorado su autoestima y se encuentran emocionalmente más alegres. Las señoras mayores especialmente han reducido estados depresivos y han conseguido mayor movilidad. En resumen, las dos generaciones están orgullosas de lo conseguido y muy agradecidas de los beneficios aportados.

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 2024 hemos realizado 58 talleres, presenciales y online, de prevención de los TCA, TC y otras problemáticas de salud mental distribuidos entre alumnado, familiares y personal docente.

El número de beneficiarios y beneficiarias supera las 1.400 personas.



2.PROGRAMAS PREVENTIVOS Y FORMATIVOS

2.2 FORMACIÓN PERMANENTE RECONOCIDA PARA EL PROFESORADO

Hemos realizado la 6ª edición del curso *EDUSALUT. Promoción de la salud y el bienestar emocional y mental del alumnado: 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 2023/2024.



Esta formación tuvo una duración de 30 horas y fue realizada en línea del día 15/04/2024 al día 20/05/2024 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 2024 hemos seguido colaborando con el Ministerio de Relaciones Institucionales, Educación y Universidades de Andorra. Concretamente hemos llevado a cabo 3 ediciones de la formación de 8 horas dirigida a docentes *Estrategias para trabajar la salud mental y la autoestima en adolescentes*.

60 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:** 4ª y 5ª edición del curso "*Prevención de los TCA para estudiantes universitarios*" - 100 estudiantes.
- **Curso "*Promoción de la salud mental entre jóvenes estudiantes universitarios*"** donde han participado 300 estudiantes de la **Universidad de Gerona**, la **Universidad Pompeu Fabra** y la **Universidad Politécnica de Cataluña**.

Resultado:

400 alumnos y alumnas de las universidades de Cataluña formados y formadas.



2.PROGRAMAS PREVENTIVOS Y FORMATIVOS

2.5. ODS3 HAT - PROGRAMA DE PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN UNIVERSAL Y ESPECÍFICA EN SALUD MENTAL DESTINADA A ADOLESCENTES

Durante el curso 2023-2024 se ha llevado a cabo el *Programa ODS3 HAT - Programa de promoción y prevención universal y específica en salud mental destinada a adolescentes* dirigido al alumnado de 3º de E.S.O. de los municipios de Cerdanyola del Vallès y Sabadell.

Se trata de un proyecto piloto y de buenas prácticas para desarrollar un modelo pionero e innovador de prevención y promoción de la salud mental adolescente, para contribuir a la consecución del ODS 3 (Garantizar una vida sana y promover el bienestar de todos a todas las edades) siguiendo las recomendaciones de las directrices HAT recomendadas por la OMS y desarrollado en contexto escolar, implicando a las familias, a la comunidad educativa y los servicios públicos comunitarios y de proximidad (servicios sociales, entidades juveniles..)



2.PROGRAMAS PREVENTIVOS Y FORMATIVOS

2.5. ODS3 HAT - PROGRAMA DE PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN UNIVERSAL Y ESPECÍFICA EN SALUD MENTAL DESTINADA A ADOLESCENTES

El programa de prevención propuesto es innovador porque:

- Une la prevención primaria (trabajando factores protectores en el conjunto de la población adolescente) y la secundaria (trabajando factores protectores con un segmento de población adolescente en la que ya se han detectado conductas de riesgo con la finalidad de reducir la aparición de los problemas de salud mental).
- Promueve la detección precoz de las problemáticas de salud mental.
- Implica a los y las adolescentes, sus familias y los y las profesionales que trabajan con este colectivo (docentes, educadores/as, profesionales de la educación y de la salud).
- Establece las bases para reducir el riesgo de desarrollar una problemática de salud mental.
- Facilita el acceso y derivación a un tratamiento especializado en caso necesario.
- Reduce la duración de la enfermedad (en caso de desarrollarse), la duración de los tratamientos, así como el riesgo de cronicidad y hospitalización prolongada en adolescentes que toman conciencia de enfermedad a lo largo de las dos fases de prevención.
- Permite tomar el pulso al bienestar emocional adolescente del municipio para poder planificar acciones y programas específicos.



2.PROGRAMAS PREVENTIVOS Y FORMATIVOS

2.5. ODS3 HAT - PROGRAMA DE PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN UNIVERSAL Y ESPECÍFICA EN SALUD MENTAL DESTINADA A ADOLESCENTES

Este programa se ha desarrollado con el apoyo del Ministerio de Asuntos Sociales y Agenda 2030 y la colaboración del Área de Educación y Promoción de la Salud del Ayuntamiento de Sabadell, los servicios educativos de Sabadell y Cerdanyola del Vallès de la Generalidad de Cataluña y los centros educativos de ambas ciudades.



Resultados:

- 1.853 adolescentes de 3º de la ESO han recibido una acción integral y continua de prevención universal en materia de salud mental. Facilitando la toma de conciencia y el desarrollo de factores de protección para la prevención de las problemáticas de salud mental de inicio en la adolescencia.
- Hemos realizado 4 sesiones de prevención en cada una de las 76 clases de 3º de la ESO, en 22 centros educativos situados en dos municipios (Sabadell y Cerdanyola del Vallès).
- Se han detectado 424 casos de adolescentes con rasgos compatibles con una problemática de salud mental.
- 63 adolescentes han recibido una acción integral y continúa en prevención específica para la reducción de la sintomatología compatible con una problemática de salud mental.
- 121 familias han podido beneficiarse de un taller para entender y comprender las señales de alerta de un malestar emocional y poder hacer una detección temprana en el hogar.

2.PROGRAMAS PREVENTIVOS Y FORMATIVOS

2.6. PROYECTO DE PREVENCIÓN SECUNDARIA PARA EL ALUMNADO DE 4ª DE LA ESO (SABADELL)

Se trata de un programa de continuidad de prevención secundaria que nace con el objetivo de reanudar las sesiones grupales finalizadas el mes de junio para seguir ofreciendo herramientas y estrategias que fomenten un crecimiento personal saludable. Este programa estaba diseñado para trabajar de forma coordinada con familias, centros educativos y profesionales de la salud garantizando así una atención personalizada y adaptada a las necesidades específicas de cada adolescente.

Una vez seleccionados los y las adolescentes, se han dividido en pequeños grupos de 10 personas que han sido conducidos por una psicóloga y han trabajado durante 12 sesiones cada uno temas de vital importancia para el desarrollo saludable en la adolescencia, como son los hábitos saludables, la autoestima, las redes sociales, el acoso escolar, las relaciones afectivas saludables y la comunicación, gestión y regulación emocional, entre otros.

En cuanto a las familias, se organizaron 3 sesiones con el objetivo de crear un espacio donde expresar las dificultades identificadas en torno a la adolescencia y trabajar con los padres y madres aspectos como la disponibilidad emocional, los límites y la comunicación asertiva, entre otros.

Al finalizar las sesiones se ha valorado con los adolescentes y sus familias la evolución a lo largo de las 12 sesiones, también se ha valorado la derivación al CSMIJ en caso necesario.



Este proyecto se ha llevado a cabo gracias a la ayuda de la Fundación Barnola, Valribera, Sant Josep y se ha dirigido a las y los adolescentes y familias que habían participado en las sesiones de prevención secundaria durante el curso anterior (63 adolescentes), así como a adolescentes con malestar emocional detectados por el equipo de orientación de los diferentes IES de Sabadell que no habían participado anteriormente.

3.PROGRAMAS DE SENSIBILIZACIÓN Y DIFUSIÓN

3.1. LECTURAS PARA LA PREVENCIÓN Y SENSIBILIZACIÓN 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 2024 en los siguientes congresos, jornadas y webinars:

- Participación en la tarde de reflexión “¿Hacemos tarde? Retos educativos de hoy” organizada por las escuelas la Gleva i Llissach, el 5 de febrero en la Fundación Universitaria del Bages - Universidad de Manresa.
- Participación la mesas redonda online sobre prevención de los trastornos alimentarios para la Universidad de Girona el 21 de noviembre.





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