



MEMORIA 2025



¿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 Justicia 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.

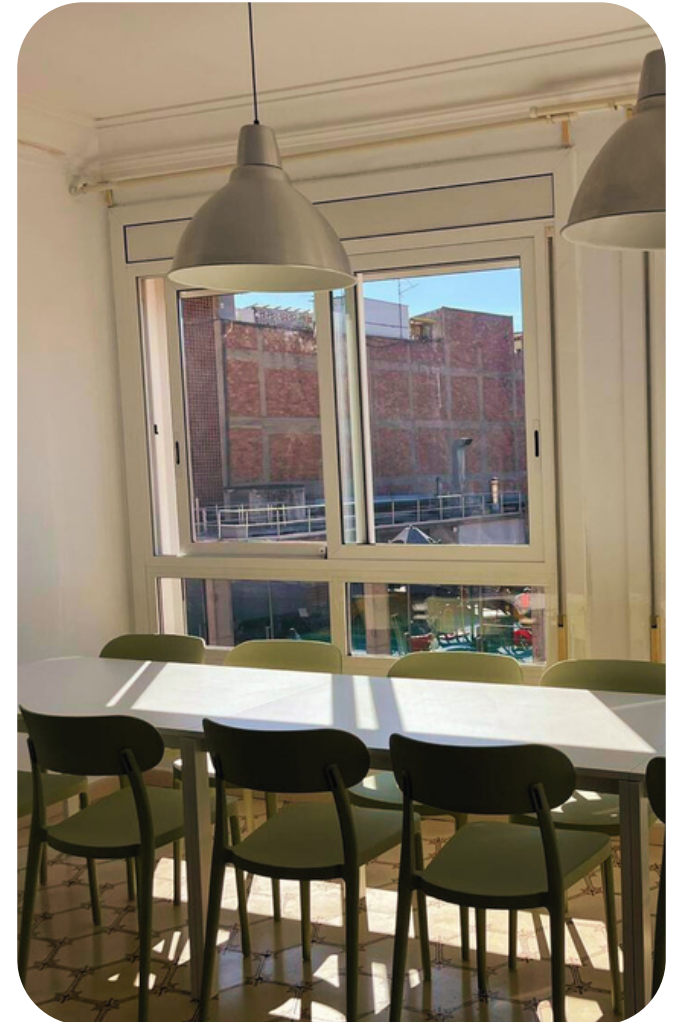
Un equipo multidisciplinar desarrolla los itinerarios individuales, diseña las actividades diarias del/la paciente, potenciando los aspectos personales que puedan incidir en la consecución de unos mínimos de autonomía, afianzando y complementando los avances que se realizan en el tratamiento clínico. 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 2025 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 23 usuarios y usuarias en nuestro recurso de Pisos Terapéuticos. El 78,26 % han sido mujeres y el 21,74 % hombres.

Con la colaboración de:



**Diputació
Barcelona**



**Agència de l'Habitatge
de Catalunya**



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 Getafe (Comunidad de 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 2025 se ha atendido a 18 jóvenes en nuestro recurso de Piso de Autonomía, 9 hombres y 9 mujeres.

Con la colaboración de:



CONSEJERÍA DE POLÍTICAS SOCIALES,
FAMILIAS, IGUALDAD Y NATALIDAD

Comunidad de Madrid

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 2025, 4 personas se han beneficiado de una beca de tratamiento total o parcial.

Con la colaboración de:



1.PROGRAMAS ASISTENCIALES Y REHABILITADORES

1.5. SERVICIO DE ASESORAMIENTO A FAMILIAS CON ADOLESCENTES CON MALESTAR EMOCIONAL “SAFE”

Un total de 175 familias se han beneficiado del programa “En familia”, participando en las sesiones grupales, espacios de asesoramiento y actividades de orientación desarrolladas a lo largo del año.

En el marco del programa “En familia”, desarrollado a lo largo de 2025, se han llevado a cabo acciones de planificación, coordinación y ejecución de sesiones grupales dirigidas a familias con adolescentes, así como tareas de difusión en colaboración con AFA y ayuntamientos.

Durante el año se han realizado sesiones centradas en el malestar adolescente, la etapa de la adolescencia y el acompañamiento familiar, junto con espacios de asesoramiento individualizado. Asimismo, se ha impulsado un segundo ciclo de sesiones y se han elaborado materiales de apoyo, incluyendo una guía de prevención de TCA.

El programa ha tenido una acogida superior a la prevista, superando el número estimado de familias participantes. La elevada participación y el grado de satisfacción evidencian la necesidad de espacios de apoyo y orientación para familias con adolescentes con malestar emocional.

En conjunto, el proyecto ha contribuido a consolidar un modelo de intervención grupal preventivo, accesible y comunitario, reforzando la red de apoyo a las familias.

1.PROGRAMAS ASISTENCIALES Y REHABILITADORES

1.5. SERVICIO DE ASESORAMIENTO A FAMILIAS CON ADOLESCENTES CON MALESTAR EMOCIONAL "SAFE"

@FITAFUNDACION



01.
MALESTAR ADOLESCENT: ABORDAR-LO EN FAMÍLIA

2 opcions de dates (Online):

- Dijous 13 de novembre
- Dilluns 23 de novembre

17:30h

Amb el suport de:





02.
ESTILS PARENTALS: COM AFAVORIR ELS FACTORS DE PROTECCIÓ

2 opcions de dates (Online):

- Dijous 20 de novembre
- Dilluns 1 de desembre

17:30h

Amb el suport de:



03.
LA GESTIÓ EMOCIONAL: DELS ADULTS I DELS ADOLESCENTS

2 opcions de dates (Online):

- Dijous 27 de novembre
- Dilluns 15 de desembre

17:30h

Amb el suport de:



1.PROGRAMAS ASISTENCIALES Y REHABILITADORES

1.6. PROYECTO INTERGENERACIONAL

Hemos desarrollado en Barcelona un proyecto de integración intergeneracional entre mujeres mayores residentes en la Residència Guinardó y adolescentes en proceso de recuperación de un trastorno de la conducta alimentaria (TCA).

Como resultado del proyecto se ha implementado una intervención semanal durante 6 meses, en la que han participado 12 mujeres (6 residentes y 6 adolescentes), generando un impacto bidireccional caracterizado por la transferencia de experiencias, la creación de vínculos emocionales significativos, la mejora del estado de ánimo y la autoestima, así como el refuerzo del sentido de utilidad y reconocimiento social, constituyendo además un modelo de intervención comunitaria replicable en otros contextos.

Actualmente, se está trabajando en la edición del cortometraje donde se podrá ver este trabajo intergeneracional.



6 mujeres de la tercera edad y 6 chicas adolescentes en recuperación por un TCA han participado en este proyecto. En resumen, las dos generaciones estan orgullosas de lo conseguido y muy agradecidas de los beneficios aportados.

2.PROGRAMAS PREVENTIVOS Y FORMATIVOS

2.1. TALLERES DE PREVENCIÓN EN TRASTORNOS DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA DIRIGIDOS AL ALUMNADO DE CICLOS FORMATIVOS DE GRADO MEDIO Y GRADO SUPERIOR DE BARCELONA

En el marco de las acciones de prevención, se ha desarrollado el programa “Parlem de TCA: lo que no se ve también importa”, dirigido a alumnado de ciclos formativos de grado medio (a partir de 16 años) de Barcelona, con el objetivo de promover el bienestar emocional y prevenir los trastornos de la conducta alimentaria.

Durante la intervención se han abordado contenidos clave como la comprensión de los TCA y del malestar emocional asociado, el desarrollo de la autoestima y la promoción de relaciones interpersonales saludables, incluyendo la comunicación asertiva y el establecimiento de límites.

Asimismo, se ha trabajado la gestión emocional, favoreciendo el reconocimiento y la regulación de las emociones, junto con estrategias de afrontamiento adaptativo. Finalmente, se han promovido hábitos saludables relacionados con la alimentación, la actividad física, el descanso y el uso responsable de las tecnologías.



PARLEM DE TCA:
EL QUE NO ES
VEU TAMBÉ
IMPORTA

Qui som?
Som la Fundació FITA, una entitat dedicada a la promoció de la salut mental mitjançant programes preventius adreçats a joves, amb l'objectiu de dur a terme accions de prevenció i sensibilització que potencin els factors de protecció, afavoreixin el benestar emocional i contribueixin a trencar amb l'estigma associat als trastorns mentals.

Volem tractar:
Es treballaran els continguts següents:

- El TCA, el malestar que s'amaga darrere.
- L'autoestima: una imatge positiva d'un/a mateix/a i la capacitat de valorar-se de manera respectuosa.
- Relacions interpersonals sanes: habilitats per establir vincles saludables; comunicació asertiva; capacitat de posar límits...
- La gestió emocional: reconeixement, expressió i regulació adequada de les emocions, així com la capacitat d'afrontar situacions estressants de manera adaptativa.
- Els hàbits saludables: rutines d'alimentació equilibrada, activitat física regular, descans adequat i ús responsable de les tecnologies.

A qui va dirigit el programa?
El programa està dissenyat per a l'alumnat de cicles formatius de grau mitjà (a partir de 16 anys).

3 TALLERS GRATUÏTS

Us interessa? Contacta'ns!
Si esteu interessats/des en conèixer el programa i valorar la possibilitat d'aplicar-lo al vostre centre, no dubteu en posar-vos en contacte amb nosaltres:
prevenfita@fitafundacion.org
www.fitafundacion.org
[@fitafundacion](https://twitter.com/fitafundacion)

/Salut  **FITA FUNDACIÓN**
Cuida tu salud mental

630 alumnos y alumnas se han beneficiado de este programa.

2.PROGRAMAS PREVENTIVOS Y FORMATIVOS

2.2. PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN DE LA SALUD MENTAL EN UNIVERSIDADES

Este año hemos colaborado con las siguientes universidades:

- **Universidad de Gerona:** 6ª y 7ª 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.

Con la colaboración de:



3.PROGRAMAS DE SENSIBILIZACIÓN Y DIFUSIÓN

3.1. REALIZACIÓN DE LA III JORNADA DE TCA Y ACCIÓN SOCIAL: “LA ATENCIÓN A LA SALUD MENTAL ADOLESCENTE”

En el inicio del año 2025, se celebró una nueva edición de la Jornada de TCA y Acción Social de la Fundació FITA, con el objetivo de seguir promoviendo el intercambio de conocimientos y la formación entre profesionales vinculados a la salud mental adolescente.

La jornada tuvo lugar el 5 de febrero en el Palau Macaya de Barcelona, en horario de mañana, y contó con la participación de profesionales de distintos ámbitos que trabajan en contacto con población adolescente.

El encuentro se centró en abordar los trastornos de la conducta alimentaria (TCA) y otras problemáticas de salud mental desde una perspectiva social y educativa. Entre los contenidos tratados destacaron el malestar emocional en la adolescencia, la prevención del suicidio, la prevención de los TCA, la promoción de la salud mental y la atención a las personas afectadas más allá del contexto hospitalario.

La actividad, de carácter gratuito, se consolidó como un espacio de referencia para la reflexión, la sensibilización y la actualización profesional en el ámbito de la salud mental juvenil.



3.PROGRAMAS DE SENSIBILIZACIÓN Y DIFUSIÓN

3.1. REALIZACIÓN DE LA III JORNADA DE TCA Y ACCIÓN SOCIAL: “LA ATENCIÓN A LA SALUD MENTAL ADOLESCENTE”

El programa de la jornada:

III JORNADA DE TCA I ACCIÓ SOCIAL
L'ATENCIÓ A LA SALUT MENTAL ADOLESCENT

5 de Febrer del 2025
8.45h a 15:00h | Sala d'actes del Palau Macaya

8:45 Acreditacions i lliurament de materials

9:00 INAUGURACIÓ:
La salut mental a l'adolescència, un repte compartit

9:30 Sra. Gemma Tarafa Orpinell.
Diputada delegada de Salut Pública de la Diputació BCN
Sr. Enric Morist Güell.
President de la Taula d'entitats del Tercer Sector Social de Catalunya
Sr. Jaume Raventós.
President de la Fundació FITA

9:30 TAULA RODONA: TRENCAR EL SILENCI. POSANT PARAULES AL MALESTAR EMOCIONAL

10:45 MODERA: Lidia Ametller.
Cap del Departament de Salut Mental. Ajuntament de Barcelona
ROMPER EL SILENCIO. Reflexiones para entender y prevenir el suicidio entre los jóvenes.
Dr. Enric Armengou. Psiquiatre especialitzat en el tractament i la prevenció dels TCA i de la conducta suïcida.
SUPPORT XAT JOVES: xat de suport emocional per a joves.
Mireia Angles Masias. Direcció Executiva de projectes i voluntariat. Fundació Ajuda i Esperança
KONSULTA'M. Servei per atendre els malestars emocionals i psicològics d'adolescents i joves, i assessorament a professionals.
Alejandro Rodríguez. Psicòleg clínic del CSMIJ de Les Corts i Sarrià-Sant Gervasi

III JORNADA DE TCA I ACCIÓ SOCIAL
L'ATENCIÓ A LA SALUT MENTAL ADOLESCENT

10:45 PAUSA CAFÉ

11:15 TAULA RODONA: PROMOCIÓ I PREVENCIÓ DE LA SALUT MENTAL A L'ADOLESCÈNCIA. MODERA: Pilar Solanes. Comisionada de Salut

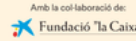
12:30 Programa OD3 HAT: eines per gestionar el malestar a l'adolescència.
Sra. Mariona Fandos Farell Psicòloga i responsable de prevenció de la Fundació FITA.
LA PREVENCIÓ PRIMÀRIA. Promoció de la Salut Mental a la Universitat.
Pendent confirmació
Prevenció l'entorn familiar.
Sra. Sara Bujaralance. Directora de l'ACAB.

12:30 Taula Rodona: L'ATENCIÓ ALS TCA MÉS ENLLÀ DE L'HOSPITALITZACIÓ MODERA: pendent confirmació

14:00 MINERVA. El nou model d'atenció dels trastorns de la conducta alimentària greus.
Dr. Eduard Serrano Troncoso. Doctor en Psicologia. Cap de la Unitat Funcional Integrada dels Trastorns de la Conducta Alimentària. Àrea de Salut Mental. Hospital Sant Joan de Déu Barcelona.
PISOS D'AUTONOMIA. Una segona oportunitat per la inclusió social.
Pendent confirmació Fundació FITA
PROJECTES INTERGENERACIONALS. La mirada validant de la Gent Gran. Sra. Raquel Linares. Directora de la Fundació FITA

14:00 Cloenda: EL TCA EN PRIMERA PERSONA

14:30

3.PROGRAMAS DE SENSIBILIZACIÓN Y DIFUSIÓN

3.2. 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

3.3. PARTICIPACIÓN EN CONGRESOS, JORNADAS Y WEBINARS

Nuestra directora, Raquel Linares, y parte del equipo de la Fundación ha participado este 2025 en los siguientes congresos, jornadas y webinars:

- Realización de una jornada para presentar el cortometraje del proyecto Intergeneracional en la ciudad de Madrid. Se realizó en la biblioteca Eugenio Trias (Parque del Retiro) y tuvo lugar el día 1 de Julio.
- Participación en la mesa redonda online sobre prevención de los trastornos alimentarios para la Universidad de Girona el 27 de Marzo.



3.PROGRAMAS DE SENSIBILIZACIÓN Y DIFUSIÓN

3.3. PARTICIPACIÓN PREMIOS “HUMANIZANDO LA SANIDAD” ORGANIZADOS POR TEVA

En el mes de diciembre de 2025 se celebró en Madrid la décima edición de los Premios Humanizando la Sanidad, organizados por Teva, centrada en esta ocasión en la salud mental y en el reconocimiento de iniciativas orientadas a mejorar la calidad de vida de las personas afectadas.

La convocatoria reunió más de 90 candidaturas procedentes de distintos ámbitos de intervención en salud mental en España, abarcando problemáticas como la esquizofrenia, el trastorno bipolar, la psicosis, los trastornos obsesivo-compulsivos, los trastornos de la conducta alimentaria y la conducta suicida. De entre todas las propuestas, cinco proyectos fueron seleccionados como ganadores, recibiendo una dotación económica de 5.000 euros cada uno.

En este contexto, la Fundación Instituto de Trastornos Alimentarios (FITA) fue reconocida con el galardón por el “Programa intergeneracional FITA”.



Raquel Linares, directora de la Fundación, recogiendo el premio.

4. COLABORADORES





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