

**CONSEJO PARA EL SEGUIMIENTO DEL PACTO SOCIAL DE LA  
COMUNIDAD DE MADRID CONTRA LOS TRASTORNOS DEL  
COMPORTAMIENTO ALIMENTARIO: LA ANOREXIA Y LA BULIMIA**

**MEMORIA 2011**

## **PACTO SOCIAL DE LA COMUNIDAD DE MADRID CONTRA LOS TRASTORNOS DEL COMPORTAMIENTO ALIMENTARIO: LA ANOREXIA Y LA BULIMIA**

---

El Pacto Social de la Comunidad de Madrid contra los Trastornos del Comportamiento Alimentario, nace de la sensibilidad y la preocupación del Gobierno Regional ante el grave problema que suponen estos trastornos para quienes los padecen y para sus familiares y su entorno social.

Anunciado por la Presidenta de la Comunidad de Madrid, Esperanza Aguirre, en el Debate sobre el Estado de la Región del mes de septiembre de 2006 y presentado el 2 de febrero de 2007, tiene el propósito de coordinar actuaciones y promover compromisos de distintos agentes sociales, dirigidos a fomentar y difundir entre todas las personas, y especialmente entre los jóvenes, una imagen saludable.

Para ello, involucra a las Consejerías con competencias en la materia y a cerca de 200 entidades públicas y privadas, entre las que se encuentran colegios profesionales, agentes sociales y económicos, asociaciones de pacientes y familiares, organizaciones de consumidores, agencias de modelos, creadores de moda, universidades, empresas de confección, representantes de escuelas de gimnasia, ballet y danza, asociaciones de familias y de padres, sector publicitario, medios de comunicación, Ifema, el Defensor del Menor, la Federación Madrileña de Municipios y el Consejo Escolar de la Comunidad.

El Pacto Social de la Comunidad de Madrid contra los trastornos del comportamiento alimentario tiene el objetivo de:

- ✓ Profundizar y alcanzar un compromiso firme para que los condicionantes socioculturales dejen de ser una amenaza para la salud, especialmente de los jóvenes, en cuanto a los trastornos del comportamiento alimentario, y en concreto de la anorexia y la bulimia.
- ✓ Adoptar e impulsar, en los distintos ámbitos sociales (sanitario, escolar, familiar, deportivo, empresarial de la moda, publicitario, etc) los mecanismos de colaboración necesarios, así como las medidas encaminadas a:
  - Modificar el entorno que favorece la adopción de conductas y trastornos del comportamiento alimentario.
  - Mejorar la educación y la información en este ámbito, especialmente en los colectivos más susceptibles.
  - Concienciar a los ciudadanos frente a las prácticas nutricionales de riesgo.
  - Proporcionar una atención sanitaria integral a los pacientes con trastornos del comportamiento alimentario, y en concreto de la anorexia y la bulimia.

Para alcanzarlo, contempla el desarrollo de 24 medidas concretas, que incluyen la realización de actuaciones de diversa índole por parte de las distintas Consejerías con competencias en la materia.

El Pacto Social quiere aprovechar la fuerza de la acción colectiva para fomentar la responsabilidad de las empresas y de los individuos en la lucha contra los trastornos del comportamiento alimentario y, por ello, el acuerdo está abierto a nuevas adhesiones a través del portal institucional de la Comunidad de Madrid [www.madrid.org](http://www.madrid.org).

Para el seguimiento de la situación y el cumplimiento de las medidas previstas, el Pacto dispone la creación de un órgano de seguimiento constituido por representantes de las Consejerías involucradas y de los grupos sociales firmantes.



## **CONSEJO PARA EL SEGUIMIENTO DEL PACTO SOCIAL DE LA COMUNIDAD DE MADRID CONTRA LOS TRASTORNOS DEL COMPORTAMIENTO ALIMENTARIO: LA ANOREXIA Y LA BULIMIA**

---

El Consejo tiene como objeto el seguimiento de la ejecución de las medidas y compromisos previstos en el Pacto Social, la evaluación de los resultados obtenidos y la formulación de propuestas que permitan avanzar en los objetivos establecidos en dicho Pacto.

Se crea por Decreto 11/2007, de 1 de marzo, del Consejo de Gobierno, como órgano colegiado de carácter consultivo y asesor, adscrito, en un principio, a la Consejería de Economía y Consumo.

Posteriormente, y de acuerdo con lo previsto en el Decreto 115/2008, de 24 de julio, por el que se modifican las competencias y estructura orgánica de la Consejería de Economía y Hacienda (disposición adicional primera b), el Consejo para el Seguimiento del Pacto Social queda adscrito a la Consejería de Sanidad.

Finalmente, el Decreto 154/2008, de 30 de octubre, introduce nuevas modificaciones, fundamentalmente, en lo que se refiere a la nueva adscripción y a la adaptación de la composición del Consejo a las denominaciones derivadas de las actuales estructuras orgánicas de las Consejerías (conforme al Decreto 77/2008, de 3 de julio, que establece el número y denominación de las Consejerías de la Comunidad de Madrid).

De manera que, en la actualidad, el Consejo para el Seguimiento del Pacto Social contra la anorexia y la bulimia, es un órgano colegiado de carácter consultivo y asesor, adscrito a la Consejería de Sanidad, que se estructura en Pleno, Comisión Permanente y Grupos de Trabajo de carácter temporal.

El **Pleno del Consejo** es el órgano de deliberación y decisión. Está integrado por el Presidente, que es el titular de la Consejería de Sanidad; el Vicepresidente, que es el titular de la Viceconsejería de Ordenación Sanitaria e Infraestructuras; el Secretario, que es un funcionario de la Consejería de Sanidad, designado por el Presidente, y los siguientes vocales:

- ✓ Titular de la Viceconsejería de Economía, Comercio y Consumo.
- ✓ Titular de la Viceconsejería de Educación.
- ✓ Titular de la Viceconsejería de Familia y Asuntos Sociales.
- ✓ Titular de la Viceconsejería de Cultura y Deportes.
- ✓ Titular de la Dirección General de Comercio.
- ✓ Titular de la Dirección General de Atención Primaria del SERMAS.
- ✓ Dos vocales en representación de la Organización Empresarial intersectorial más representativa de la Comunidad de Madrid.

- ✓ Dos vocales en representación de las Organizaciones Sindicales más representativas de la Comunidad de Madrid.
- ✓ Un vocal en representación de las entidades, asociaciones e instituciones adheridas al Pacto, cuya actuación se desarrolle dentro del ámbito competencial de las Consejerías de Economía y Hacienda, de Sanidad, de Educación, de Familia y Asuntos Sociales y de Cultura, Deporte y Portavocía del Gobierno.

Por acuerdo del Pleno del Consejo de Seguimiento, de 8 de julio de 2008, en las reuniones del citado Pleno participa como invitado el Defensor del Menor de la Comunidad de Madrid.

Asiste también a estas reuniones, la Asociación en Defensa de la Atención a la Anorexia Nerviosa y la Bulimia ADANER.

Con la finalidad de permitir la máxima representatividad en este órgano, se ha previsto un sistema de representación rotatorio de las entidades, asociaciones e instituciones adheridas al Pacto, por orden de fecha de adhesión y por periodo de un año.

Durante el primer semestre de 2011 han formado parte del Pleno como vocales no permanentes:

- ✓ Por el área de Economía y Hacienda, la Asociación de Consumidores de la Comunidad de Madrid CONMADRID.
- ✓ En el área de Sanidad, la Sociedad Española de Médicos de Atención Primaria SEMERGEN-Madrid.
- ✓ En el ámbito de Educación, el Consejo Escolar de la Comunidad de Madrid.
- ✓ Por el área de Familia y Asuntos Sociales, la Federación Española de Familias Numerosas.
- ✓ En el ámbito de Deportes, la Asociación Madrileña de Empresarios de Servicios Deportivos ASOMED.
- ✓ Y en el área de Cultura, Ballet Clásico 369.

De acuerdo con la dinámica de representación prevista, la Orden 587/2011, de 21 de junio, publicada en el Boletín Oficial de la Comunidad de Madrid el 11 de julio de 2011, nombra como vocales no natos en sustitución de los anteriores y a partir de esa fecha:

- ✓ Por el área de Economía y Hacienda, la Confederación de Consumidores y Usuarios de Madrid CECU Madrid.
- ✓ En el área de Sanidad, Gaceta Médica.
- ✓ Por el área de Familia y Asuntos Sociales, la Asociación para la Integración del Menor PAIDEIA.
- ✓ En el ámbito de Deportes, la Federación Madrileña de Gimnasia

- ✓ Y en el área de Cultura, el Centro de Artes Escénicas, Conservatorio y Escuela de Danza SCAENA.
- ✓ En el ámbito de Educación, continúa siendo vocal el Consejo Escolar de la Comunidad de Madrid.

A lo largo de 2011, el Pleno del Consejo se ha reunido en dos ocasiones en sesión ordinaria, en fechas 9 de marzo y 20 de julio.

Independientemente del seguimiento de las medidas y compromisos previstos en el Pacto Social que se recogen a continuación, en las reuniones del Consejo de Seguimiento se han presentado y analizado en profundidad las siguientes iniciativas.

### **Actividades desarrolladas por la Asociación en Defensa de la Atención a la Anorexia Nerviosa y la Bulimia ADANER durante 2010**

En la reunión del mes de marzo la Presidenta de ADANER solicitó su intervención para exponer las actividades que desarrolla su asociación.



### **ACTIVIDADES DESARROLLADAS DURANTE EL 2010**

- **Atención telefónica:**  
Atendida por psicólogos especialistas en TCA, en un **horario de mañana y tarde de lunes a viernes**

Atención telefónica **afectados: 560** llamadas  
Atención telefónica **familiares: 1118** llamadas

Un total aproximado de **1700 llamadas** durante el 2010



- **Atención y supervisión de foro:**

Foro de afectados unidos por la recuperación, supervisado constantemente por un psicólogo

Actualmente contamos con **750 usuarios** activos



- **Formación continua en TCA a voluntarios** a cargo de un psicólogo especialista. Actualmente contamos con 12 voluntarios

- **Formación a alumnos de prácticas de la Universidad Pontificia de Comillas, y la Universidad Autónoma de Madrid**

- Atención vía E-mail

A través de nuestro correo electrónico, pero también a través de los diversos formularios que hay en la Web, recibimos un total aproximado de **3100 correos de atención psicológica, información y orientación**, a lo largo de todo el año 2010.

- Prevención:  
**85 charlas de 2 horas cada una**, dirigidas a alumnos de la Comunidad de Madrid, a padres y profesores, **subvencionadas por el INJUVE**

Un curso de **20 horas** para profesionales a través de la **Escuela Pública de Animación y Educación en el Tiempo Libre Infantil y Juvenil, de la Consejería de Cultura y Deporte de la Comunidad de Madrid**

#### Talleres (subvencionados por el INJUVE):

- Autoestima
- Reeducción Nutricional
- Relajación y Meditación
- Arteterapia
- Manejo Emocional
- Imagen Corporal
- Risoterapia
- Psicodrama

- Reuniones Informativas:

Con un frecuencia quincenal, estas reuniones son de carácter anónimo y gratuitas. Dirigidas a familiares y afectados de TCA para informar y orientar en todo aquello que nos demanden y dar a conocer las actividades que Adaner pone a su disposición

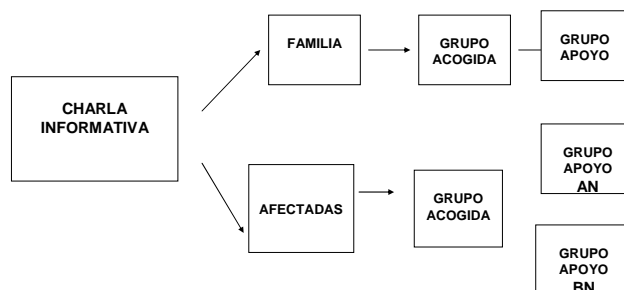
Formadas por una psicóloga especializada en TCA y por familiares de la asociación, formados como monitores de grupos de autoayuda.

Número total de personas atendidas en el informativo durante el 2010: **700 personas**

- Grupos de acogida y grupos de apoyo

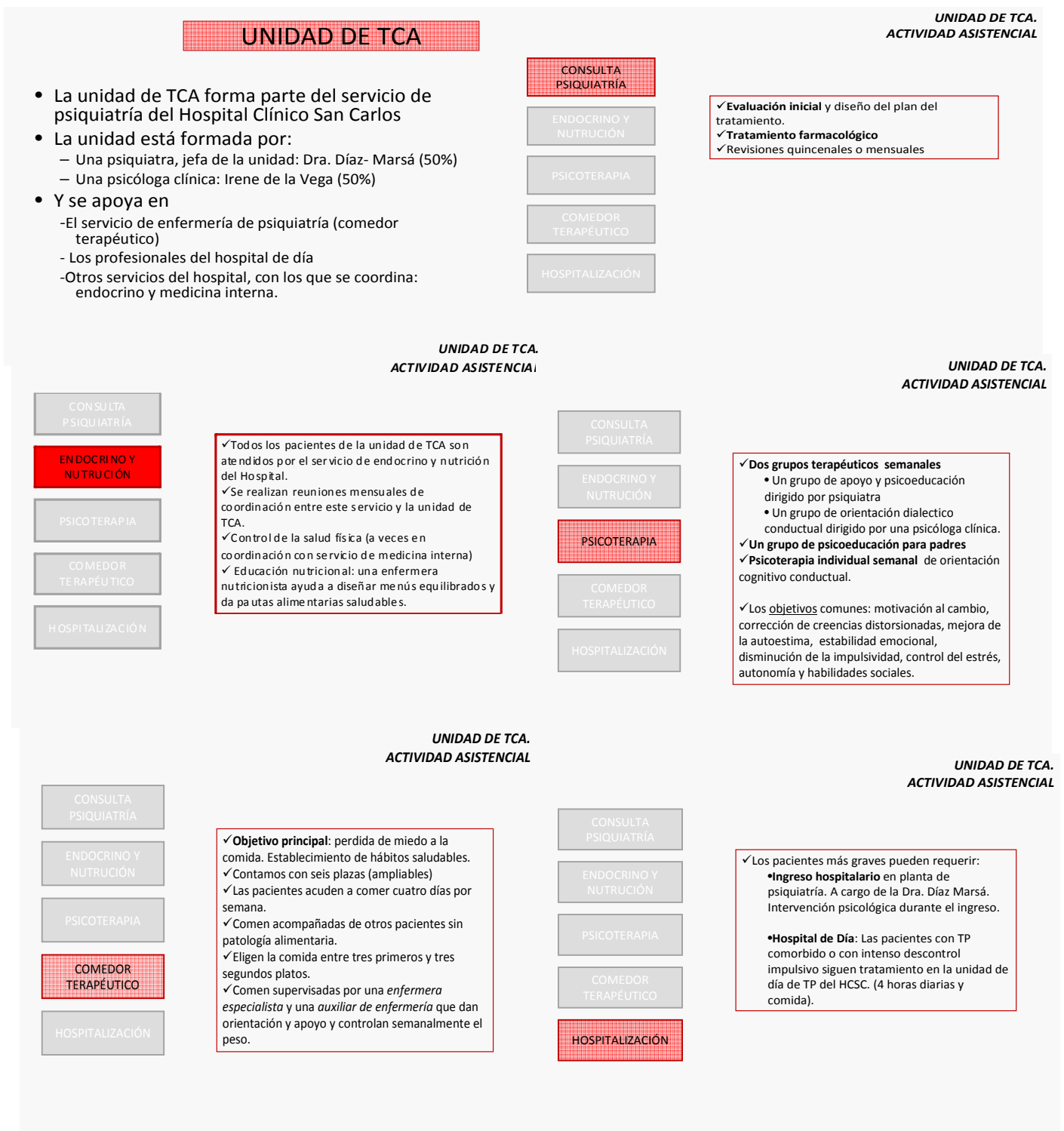
**Familiares:** Con un frecuencia semanal y acompañados por un psicólogo especialista en TCA y por monitoras de grupo, formadas también en el trabajo con familiares de afectados

**Afectados:** frecuencia semanal, acompañados por un psicólogo especialista en TCA.



## Experiencia de la Unidad de Trastornos del Comportamiento Alimentario del Hospital Universitario Clínico San Carlos

En la reunión del mes de julio Dña. Irene de la Vega, de la Unidad de TCA del Hospital Clínico San Carlos, realiza una exposición sobre la organización y la actividad asistencial de la unidad, describiendo los objetivos y funcionamiento del comedor terapéutico.





## Campana "Mide tu salud"

En la reunión del mes de julio Dña. Mar Garrido, del Servicio Madrileño de Salud, realiza una exposición sobre la campana "Mide tu salud" desarrollada por la Consejería de Sanidad para la prevención del sobrepeso y la obesidad.



Actuación de Información y Sensibilización sobre el Sobrepeso y La Obesidad en la Población Adulta de la Comunidad de Madrid. Mide tu Salud



Actuación de Información y Sensibilización sobre el Sobrepeso y La Obesidad en la Población Adulta de la Comunidad de Madrid. Mide tu Salud



- Un sexto de la **población mundial** 1.600 millones tiene sobrepeso y mas de 500 mill son obesos
- El **65% de la población mundial vive en países** donde el sobrepeso y la obesidad se cobran más vidas de personas que la insuficiencia ponderal
- La **obesidad infantil se ha triplicado** desde los años 70
- Actualmente **el 60% de los adultos** tienen sobrepeso y **el 25% tienen obesidad**
- Actualmente **el 25 % de los niños tienen sobrepeso** y entre un **9-10% tiene obesidad**
- En el año **2030 el 60% de la población europea será obesa**
- **El sobrepeso y la obesidad son el quinto factor principal de riesgo de defunción en el mundo.**
- **Cada año fallecen al menos 2,8 millones de personas adultas como consecuencia del sobrepeso o la obesidad.**
- **Además, entre 44% de la carga de diabetes, el 23% de la carga de cardiopatías isquémicas y entre el 7% y el 41% de la carga de algunos cánceres son atribuibles al sobrepeso y la obesidad.**
- **La obesidad puede prevenirse**

Subdirección General de Promoción de la Salud y Prevención  
Fuente: OMS 2011



Servicio Madrileño de Salud

| Página 4

Subdirección General de Promoción de la Salud y Prevención  
Fuente: OMS 2011



Servicio Madrileño de Salud

| Página 5



Actuación de Información y Sensibilización sobre el Sobrepeso y La Obesidad en la Población Adulta de la Comunidad de Madrid. Mide tu Salud: **OBJETIVOS**



### INFORMAR Y SENSIBILIZAR A LA POBLACIÓN ADULTA

- **Las personas somos protagonistas y responsables, al menos en parte de :**
  - **La prevención del exceso de peso**
  - **De nuestros hábitos de vida y los de nuestros hijos**
- **Se necesita una actitud proactiva en el cuidado de nuestro propio cuerpo para prevenir y controlar exceso de peso**

Subdirección General de Promoción de la Salud y Prevención



Servicio Madrileño de Salud

| Página 14



Actuación de Información y Sensibilización sobre el Sobrepeso y La Obesidad en la Población Adulta de la Comunidad de Madrid. Mide tu Salud: **OBJETIVOS**



### INFORMAR Y SENSIBILIZAR A LA POBLACIÓN ADULTA

**ESTA ACTITUD SOLO LA PUEDE TENER UN CIUDADANO BIEN INFORMADO Y SENSIBILIZADO**

- **Que la obesidad es una enfermedad**, y no una cuestión estética y que acarrea graves problemas de salud
- **Que su prevención es posible y es prioritaria**
- **Sus Causas**
- **Sus Consecuencias**
- **Hábitos de vida que se pueden modificar y mejorar**
  - Alimentación
  - Actividad física
  - Estrés, Sueño. Etc.

Subdirección General de Promoción de la Salud y Prevención



Servicio Madrileño de Salud

| Página 15



Actuación de Información y Sensibilización sobre el Sobrepeso y La Obesidad en la Población Adulta de la Comunidad de Madrid. Mide tu Salud: **OBJETIVOS**



- **FAVORECER UNA ACTITUD PROACTIVA** en los ciudadanos adultos en el autocuidado de su peso y el de su familia, **para prevenir el sobrepeso y la obesidad, o disminuirlos** en caso de que existan
- **PROMOVER LA AUTOEVALUACIÓN DEL PESO Y SU VIGILANCIA a lo largo de toda la vida**, en parte previene el aumento de peso
- **INFORMAR** sobre la importancia del equilibrio entre una alimentación adecuada y la práctica de actividad física regular para conseguir cambios hacia **estilos de vida más saludables**
- **DOTAR DE HERRAMIENTAS SENCILLAS** para la **adquisición de estos conocimientos** a la población de la Comunidad de Madrid.
- **ANIMAR** a la población para **que realice las consultas en las primeras fases**

### • Campana-mide tu salud

- **FOLLETO: CUADRÍPTICO**
- **POSTER**
- **FICHAS**
- **VÍDEO ANIMACIÓN**
- **SITIO WEB :www.madrid.org/midetusalud**



Subdirección General de Promoción de la Salud y Pre



Servicio Madrileño de Salud

| Página 16



Subdirección General de Promoción de la Salu

ención



Servicio Madrileño de Salud

| Página 17



•CONTENIDO DE LAS FICHAS

- Definición y autoevaluación en personas adultas
- Sus causas
- Sus consecuencias sobre la salud
- Prevención y tratamiento
- Hábitos saludables de alimentación
- Como hacer una dieta saludable
- Planificación de tus comidas y la compra de los alimentos
- Distribución de alimento y horarios de comidas
- Consejos para cocinar de forma saludable
- Consejos para comer fuera de casa
- Consejos sobre actividad física
- Nutrientes calóricos de los alimentos
- Cuántas calorías necesitamos para mantener un peso saludable



OTROS MATERIALES Y RECURSOS

- ANIMACIÓN : EN LA QUE SE EXPLICAN
  - Que Son El Sobrepeso Y La Obesidad
  - Sus Causas
  - Sus Consecuencias
  - 10 Pasos Para Cuidar Tu Peso
- TODOS LOS MATERIALES ESTÁN EN LA PÁGINA WEB DE LA CONSEJERÍA DE SANIDAD <http://www.madrid.org/midetusalud>



VIGILA TU PESO TODA LA VIDA

- ✓ **Sobrepeso un riesgo para tu salud**
- ✓ **No dejes que los kilos se coman tu salud**
- ✓ **Realiza una alimentación saludable: mira qué y cuánto comes**
- ✓ **Vive una vida activa : muévete más**
- ✓ **Duerme lo suficiente y aprende a controlar el estrés**
- ✓ **Desconfía de las dietas y productos milagrosos**
- ✓ **Si necesitas ayuda: consulta en tu Centro de Salud**

## SEGUIMIENTO DE ACTUACIONES 2011



**ADANER**, organización no gubernamental sin ánimo de lucro comprometida con los trastornos de la conducta alimentaria, integrada en FEREADANER (Federación de asociaciones en defensa de la atención a la anorexia nerviosa y bulimia), realiza su trabajo a través de actividades de apoyo al tratamiento, investigación, formación, reivindicación, prevención y sensibilización.

Desde su creación en 1991, sus actuaciones se han dirigido a contribuir a mejorar la calidad de vida relacionada con la salud de las personas afectadas por anorexia nerviosa y bulimia y a sensibilizar a la población general acerca de este problema.

Su **servicio de atención telefónica**, atendido por psicólogos expertos en TCA (de 10:00 a 13:00 y de 17:00 a 20:00 hrs. de lunes a viernes) atendió en 2011 un total de **2.420 llamadas**, de las cuales **1.660** eran **de familiares**, **540 de afectados** y **220 de medios de comunicación y profesionales**.

Dispone también de una **página web** [www.adaner.org](http://www.adaner.org) con información sobre lo que son los Trastornos de Alimentación, funcionamiento y actividades de la asociación, recursos asistenciales, noticias y, en definitiva, información relevante para afectados y familiares de TCA. Esta web tiene **75.500 resultados en Google** y durante 2011 recibió **48.180 visitas**, resultando una media de **132 visitas al día**.

El **foro de ADANER**, es un espacio dedicado principalmente a afectados de TCA, creado con el objetivo de sentirse apoyados en el camino de su recuperación, está supervisado por especialistas en Trastornos de Alimentación. Actualmente hay un total de **952 usuarios registrados** con un total de **10.552 mensajes**.

Los miércoles de forma quincenal, se desarrolla una **charla informativa** en una sala cedida por el Hospital Niño Jesús y coordinada por dos miembros de Adaner y un psicólogo colaborador de la asociación, con una duración de 120 minutos, sobre TCA, objetivos básicos y funcionamiento de la asociación, orientación a las primeras preguntas y dudas e información para poder vincularse a los Grupos de Apoyo. Los asistentes vienen derivados, principalmente del servicio de Atención Telefónica y de la página Web. Durante 2011, acudieron un total de **550 personas**, lo que supone una media de unas **25 personas por sesión**.

Actualmente se ofrecen dos tipos de **Grupos de Autoayuda** (igualmente en una sala cedida por el Hospital Niño Jesús), uno formado por familiares y allegados, y otro por afectados, cada uno de ellos con un primer nivel o de **Acogida** y un segundo nivel o de **Apoyo**.

GRUPO	PERIODICIDAD	TOTAL ASISTENTES AÑO
Acogida	semanal	207
Apoyo Anorexia	semanal	172
Apoyo Bulimia	semanal	151
Acogida familiares	quincenal	202
Apoyo familiares	quincenal	292

Todos los grupos están coordinados por dos psicólogos y un monitor en los grupos de familiares.

También en 2011, una **media de 15 personas por sesión** participaron en los siguientes **Talleres** dirigidos a afectados y familiares de TCA:

- ✓ Taller de Autoestima
- ✓ Taller de Reeducción Nutricional
- ✓ Taller de Relajación y Meditación
- ✓ Taller de Arte terapia
- ✓ Taller de Manejo Emocional
- ✓ Taller de Imagen Corporal
- ✓ Taller de Risoterapia
- ✓ Taller de Psicodrama
- ✓ Taller de Danza, Movimiento y Terapia

Durante el curso 2010/2011 se realizaron, así mismo, 78 Talleres de Prevención (77 subvencionados por el INJUVE y uno por la propia entidad solicitante) con una participación total de 1810 personas:

- ✓ 71 talleres con alumnos
- ✓ 5 talleres con padres
- ✓ 2 talleres con profesores

La sede de ADANER está atendida por **20 psicólogos voluntarios**, responsables de atender a familiares y afectados que contactan con la asociación. A lo largo de 2011 se formaron 6 nuevas voluntarias.

También el año pasado se firmó un **convenio** con la **Universidad Pontificia de Comillas**, para desarrollar las **prácticas** de alumnos de **Psicología**.

El 1 de diciembre de 2011, se celebró el vigésimo aniversario de ADANER con la Jornada **“XX ANIVERSARIO DE ADANER: EL RETO DE LOS TRASTORNOS DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA CONTINÚA”** que, con 243 inscripciones, contó con la participación de la Viceconsejera de Ordenación Sanitaria e Infraestructuras, el Coordinador de la Oficina Regional de Salud Mental de la Comunidad de Madrid, profesionales especialistas de los hospitales La Paz (en el que se desarrolló la Jornada) y Niño Jesús, la Asociación Nacional de Informadores de la Salud y diversos miembros de la ADANER.



En 2011 la **Federación Española de Familias Numerosas** ha continuado con la labor de concienciación y sensibilización sobre la **educación en la alimentación** y el desarrollo de **hábitos de alimentación saludables**.

En concreto, el año pasado, la Federación Nacional, en colaboración con la Fundación Kellogg's y la editorial Everest, estableció un acuerdo para la distribución de **10.000 ejemplares** del libro "**Haz deporte en familia**", editado por la Fundación Kellogg's, por el que se desarrolló una **campana de sensibilización** sobre la necesidad de **mejorar** los **hábitos** de los **niños** en cuanto a la **alimentación** y el **ejercicio físico**.

La Federación Española de Familias Numerosas, que ha colaborado en la distribución de este libro entre las familias, se ha sumado a esta iniciativa consciente del **importante papel** que juega la **familia** a la hora de inculcar **buenos hábitos de alimentación en los niños y adolescentes**, así como para destacar la importancia que tiene el deporte en la educación de los jóvenes.

Así mismo, la federación, a través de sus diversas asociaciones y federaciones autonómicas, ha desarrollado otras iniciativas a nivel nacional como el **banco de recursos de alimentos** o la **campana** de "**Desayunos saludables**", con el objeto de destacar la **importancia** de seguir una **alimentación sana y equilibrada**. Esta iniciativa se llevó a cabo a través de una pequeña exposición teórico-práctica **dirigida a los jóvenes**, sobre las principales recomendaciones para desarrollar un desayuno saludable.



Durante el mes de mayo de 2011, desde la **Secretaría de Salud Laboral de UGT Madrid**, y en colaboración con la Unión de Pensionistas, Jubilados y Prejubilados, se realizaron cuatro **Jornadas** sobre "**Hábitos dietéticos saludables**", a las que asistieron una media de 15 personas por sesión.

Muchos pensionistas viven solos y que es frecuente que esta situación les lleve a descuidar la alimentación: se saltan las comidas, cenan "solo un yogur"... Las Jornadas tenían como objetivo **sensibilizar a los pensionistas** sobre la **necesidad de realizar todas las comidas**, la **relación de la alimentación con** las principales **enfermedades** que les afectan (diabetes, hipertensión, hipercolesterolemia...) y otras cuestiones similares.

## ÁREA DE FAMILIA

---

Con el objetivo de mejorar la especialización del equipo de profesionales de la Unidad de Orientación de la Familia y los Centros de Apoyo a la Familia, se elaboró en 2008 un **“Decálogo de los Trastornos del Comportamiento Alimentario”**.

Durante 2011, la Unidad de Orientación de la Familia y los dos Centros de Apoyo a la Familia han continuado aplicando ese decálogo (protocolo de intervención), que incluye un breve análisis del estado de la cuestión, diez enunciados básicos para la detección de los trastornos de la alimentación y pautas orientativas dirigidas a prevenir, definir y abordar esta problemática, con preguntas guía para utilizar durante la entrevistas.

### **Orientación y Asesoramiento familiar en la Unidad de Orientación a la Familia y en los Centros de Apoyo a la Familia sobre Trastorno de la Conducta Alimentaria en 2011**

- Adolescentes (12-18 años): **9 familias**
- Jóvenes (19- 30 años): **3 familias**

Este último año, la **Escuela presencial de Familia** ha realizado **12 talleres** sobre Adolescencia, que incluyen un módulo sobre los Trastornos de Conducta Alimentaria, que han contado con la asistencia de **204 alumnos**.

En la programación de la **Escuela Virtual** se incluye el **curso Alimentación Saludable**, así mismo con un módulo sobre los Trastornos de Conducta Alimentaria, que ha sido realizado por **37 alumnos**.

La **Guía “Anorexia y Bulimia: cómo actuar desde la familia”** (guía Nº 12 de la Colección de GUÍAS de la Dirección General de Familia, editada en 2008), que ofrece claves para prevenir los trastornos alimentarios desde la familia y pautas para la colaboración de la familia en el tratamiento, continua disponible en la página Web de la Comunidad [www.madrid.org](http://www.madrid.org) en formato PDF.

## ÁREA DE EDUCACIÓN

---

Las actuaciones desarrolladas en este área a lo largo del año 2011, destinadas al alumnado de Educación Infantil, Primaria y Secundaria en materia de prevención de la anorexia y la bulimia, suponen la continuidad y la mejora de las que se vienen realizando hasta el momento.

En este contexto, durante el curso 2011-2012, se ha seguido desarrollando en centros escolares de la Comunidad, el Programa “**Desayunos Saludables**” destinado a los alumnos de Educación Primaria y que, entre otras acciones, pretende fomentar hábitos alimentarios saludables que mejoren la situación nutricional de la población, mediante diversas sesiones y actividades educativas dirigidas tanto a los alumnos como al profesorado y a las familias.

Así también, el **Servicio de Comedor** es un servicio complementario de carácter educativo que presta la Administración educativa, que contribuye a una mejora de la calidad de la enseñanza. Además de cumplir una función básica de alimentación y nutrición, desempeña una destacada función social y educativa, por ello, los comedores escolares están integrados en la vida y organización de los centros educativos.

Las actuaciones más destacadas en el compromiso de los centros con las empresas que ofrecen el servicio de comedor son:

- Poseer el **Expediente de Certificación** de la Administración pública que las faculta para ofrecer el servicio de comedor en los centros escolares, y según el Real Decreto 191/2011, de 18 de febrero, la obligación de inscribirse en el **Registro General Sanitario de Empresas Alimentarias y Alimentos** adscrito a la Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición del Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad.
- Elaborar **menús equilibrados y adaptados a las características alimenticias especiales**, diabéticos, alérgicos, colesterol...y menús de dieta diarios para los casos necesarios. Estos menús son entregados previamente a las familias al comienzo del mes.
- Los alumnos son atendidos por el mismo **cuidador** a lo largo del curso escolar, que observa y **vela** porque los alumnos tengan una **alimentación adecuada**.
- Los alumnos de Educación Infantil y Primaria están agrupados según las **ratios** legalmente establecidas:
  - Infantil (**3-4 años**): **15 niños/cuidador**
  - Infantil (**4-5 años**) : **20 niños/cuidador**
  - **Primaria 30 niños/cuidador**
  - + 1 cuidador cuando la ratio aumenta un 50%.



- Se incluye además la figura del **Supervisor de alimentos** en los centros, cuya función es asegurarse de que los alimentos cumplan con los **controles de calidad** necesarios.

Entre un 45-50% del alumnado de la Comunidad de Madrid hace uso de este servicio.

También han continuado las actuaciones encaminadas a la mejora de la formación del profesorado, por su importancia en la detección temprana, la prevención y la influencia que tienen sobre sus alumnos.

Se relacionan a continuación los cursos de formación sobre alimentación.

Modalidad	Título	Profesores participantes	Créditos	Horas
Seminario	ESTUDIO DEL ESTADO NUTRICIONAL Y HABITOS ALIMENTARIOS EN POBLACION JOVEN	14	3	75
Curso	NUTRICION Y ALIMENTACION: FUNDAMENTOS BIOLOGICOS	40	2	50

El Decreto 23/2007, de 10 de mayo, por el que se establece el **currículo de la Educación Secundaria Obligatoria** para la Comunidad de Madrid, incluye la **Nutrición** y los **fundamentos para una dieta equilibrada y su planificación** en las asignaturas de Educación Física y Biología.

Durante el curso escolar 2011-2012, se ha realizado el estudio “**Evaluación de la composición corporal, hábitos nutricionales y de actividad física de alumnos de 3º y 4º de la ESO de Leganés**”, en colaboración del Ayuntamiento de esta localidad y el Instituto de Ciencias del Deporte de la Universidad Camilo José Cela, en el que han participado 1.975 alumnos de 13 institutos. Entre las conclusiones más relevantes se encuentran las siguientes:

- ✓ La media de los resultados de porcentaje de grasa se encuentra dentro de las recomendaciones.
- ✓ Clasificando a los alumnos en función del IMC, un 77.3% se encuentra en normopeso, un 12.1% en sobrepeso y un 9.6% en obesidad. Estos porcentajes son menores para los chicos y mayores para las chicas.
- ✓ Se observa un incremento en el IMC con la edad y un descenso en el caso del porcentaje de grasa.
- ✓ El índice nutricional se encuentra en un nivel adecuado, si bien los chicos tienen unos resultados significativamente mejores que las chicas, y los resultados disminuyen con la edad.

- ✓ No se ha encontrado una correlación significativa entre los resultados de los cuestionarios de nutrición y el IMC y/o el porcentaje de grasa total.
- ✓ Son más las chicas que toman verdura de forma regular una o más veces al día, pero también son más las que no desayunan. En el caso de los chicos, el porcentaje es significativamente mayor respecto a las chicas en la ingesta de pasta o arroz a diario, el desayuno de un cereal o derivado y un lácteo, toman frutos secos con regularidad, ingieren dos yogures o 40gr de queso al día, aunque visitan una o más veces la semana un *fast-food*.
- ✓ Comparando los resultados con los obtenidos en el Estudio Enkid en la zona centro de España, los estudiantes de 3º y 4º de la ESO de Leganés participantes en este estudio, tienen unos niveles inferiores a la muestra de referencia en: consumo de una o más piezas de fruta al día, verdura más de una vez al día, consumo de pescado con regularidad, visita a fast-food, no desayunar, desayuno de bollería industrial y consumo de lácteos. Sin embargo, obtienen mejores resultados en: consumo de hidratos casi a diario, desayuno de un cereal o derivado, empleo de aceite de oliva y en consumo de dulces y golosinas.

## ÁREA DE DEPORTES

---

Se han promovido **campañas** con mensajes positivos dirigidos a la población en general, mayores y especialmente jóvenes, que pusieron de manifiesto la importancia de una **alimentación adecuada**, mantenimiento de **hábitos de vida saludable** y valoración de la propia **imagen corporal**.

Durante el año 2011 se ha procedido a:

- La divulgación de los materiales de la **Campaña Deporte y Salud "Vívelo, Vive 10"**, dirigida a la sensibilización de los adolescentes sobre temas referidos al mundo del deporte y la nutrición. Todas las guías se encuentran colgadas en la página web del Centro de Medicina Deportiva para su descarga y utilización completamente gratuita. Este año ha sido reconocida con el **premio a la mejor campaña educativa nacional** por el Comité Científico del II Salón de la Dieta Mediterránea.
- A través de diversas acciones del Centro de Medicina Deportiva, se ha continuado la difusión del **Decálogo del Deportista Saludable**, entre niños y adolescentes, en el que se ofrecen **consejos de nutrición y hábitos de vida saludable**.
- Dentro de las actividades realizadas en el stand de atención directa al público en la **Feria del Corredor** del año 2011, se han realizado valoraciones de la composición corporal y se han dado **recomendaciones** de cómo **alimentarse correctamente** en carreras de gran recorrido (Maratón), incidiendo en el fomento de los **hábitos de vida saludables relacionados con la actividad física y la nutrición** adecuada como pilares del mantenimiento de la salud a todas las edades y en toda la población.

Se han promovido también **campañas de prevención e información de anorexia y bulimia** dirigidas a distintos colectivos: AMPAS, entrenadores, responsables de gimnasios, monitores juveniles y de campamento, responsables de asociaciones juveniles, universidades y residencias universitarias.

- Se están evaluando los datos recogidos en años anteriores pertenecientes al **Proyecto europeo European Youth Heart Study (EYHS)**. Campaña en la que se seleccionó una muestra representativa recogida en todas las áreas DAT, dirigida a niños de 9 y 15 años de edad de toda la Comunidad de Madrid. En ella se realizó un reconocimiento médico deportivo totalmente gratuito. Entre las pruebas evaluadas se encuentra un **estudio nutricional y valoraciones de la composición corporal**, así como **recomendaciones individualizadas sobre alimentación equilibrada y estilos de vida saludables**.
- Se han realizado durante el año 2011 varias **Jornadas Técnicas**, que incluían, entre sus temáticas, conferencias y charlas dirigidas a los **profesionales de la salud** que prestan sus servicios en **Atención Primaria, fisioterapeutas** y licenciados en **actividad física** pertenecientes

a la **rama de salud**, con contenidos relativos a los **trastornos de la alimentación, nutrición adecuada y estilos de vida saludables**.

- El Centro de Medicina Deportiva coordinado con la Dirección General de Deportes, ha realizado específicamente un “**Curso de nutrición y ejercicio físico en niños y adolescentes**” y varias jornadas técnicas dirigidas a profesionales de la salud (médicos, enfermeros, fisioterapeutas...) y de la actividad física (INEFs, TFAD, monitores...) con contenidos relativos a los trastornos de la alimentación, nutrición adecuada y estilos de vida saludables.
- Se han publicado, en el **perfil deportista** informaciones técnicas sobre actividad física y ejercicio en las enfermedades crónicas asociadas al estilo de vida. Dirigidas a **profesionales del la actividad física y la salud**. Entre ellos se encuentra un apartado específico relacionado con la **alimentación**.
- 5. Se sigue desarrollando el programa de **Campeonatos Escolares**, para el fomento de la práctica deportiva entre los adolescentes madrileños, como grupo de riesgo en la adquisición y mantenimiento de hábitos saludables y abandono prematuro de la actividad física. Dentro del mismo, durante los cursos 2010-2011 y 2011-2012, el Centro de Medicina Deportiva, está realizando **reconocimientos médico deportivos** básicos, con el objetivo, entre otros, de conocer los hábitos que tiene dicha población, si están en riesgo, evaluando su condición física de una manera objetiva e incidiendo en la **importancia**, a estas edades, de mantener una **dieta rica, variada y adecuada**.
- Se han impartido **charlas de impacto a deportistas adolescentes**, sobre los **hábitos nutricionales aplicados al deporte de alto rendimiento**. Mediante estas charlas coloquio, realizadas durante la celebración de campeonatos en la Comunidad de Madrid, se intenta concienciar, tanto a **técnicos** como a **deportistas**, de la importancia de llevar una dieta sana y equilibrada.
- Se ha continuado sensibilizando, mediante entrevistas personalizadas a los **monitores y entrenadores de alto rendimiento**, en la **detección precoz de los trastornos alimentarios**, sobre todo en aquellos colectivos especialmente sensibles a este tipo de problemas.
- Se ha realizado una **campana divulgativa** entre los integrantes del **Programa Enforma**, dirigida a la **tercera edad**, para concienciar de la necesidad de mantener los hábitos de vida saludables adquiridos a otras edades y de su importancia para el mantenimiento de la salud integral.

Dentro de los **cursos** impartidos por el Centro de Medicina Deportiva, conjuntamente con la Dirección General de Deporte, se contempla, en las áreas transversales de **educación para la salud y ocio saludable**, incidir en que los

**profesionales** que se encuentran ejerciendo sus funciones **en contacto directo con niños y adolescentes**, sean conscientes de la **importancia de la dieta equilibrada** y los beneficios que la misma y el ejercicio físico tienen para la salud, para que ellos estén capacitados para trasmitirlo a este colectivo.

Asimismo, la Viceconsejería de Cultura y Deportes, a través del Centro de Medicina Deportiva, en su página **web** expone información clara y de calidad sobre **pautas adecuadas de alimentación y hábitos de vida saludables**.

## ÁREA DE CULTURA Y JUVENTUD

---

En las dos ediciones de la **Pasarela Cibeles** celebradas en 2011, en los meses de febrero y septiembre, se ha continuado con la labor de supervisión para asegurar que las **modelos** que participan en los desfiles son **mayores de edad** y tienen un **Índice de Masa Corporal no inferior a 18**.

En este sentido, y a instancias del Consejo de Seguimiento, tras la edición de la pasarela del mes de febrero, se solicita a IFEMA, organizadora de la misma, confirmación sobre las garantías de cumplimiento de estas exigencias. A este requerimiento, el Director General de la Institución Ferial informa sobre los siguientes extremos:

- ✓ IFEMA viene realizando el control del IMC de todas las modelos participantes en los desfiles de CIBELES MADRID FASHION WEEK, incluido el correspondiente a EL EGO, con el fin de asegurar y garantizar que presentan unos parámetros de masa corporal igual o superior a 18.
- ✓ El citado control se viene realizando **desde septiembre de 2006**, momento en el que se establece esta norma a instancias de la Comunidad de Madrid. Desde entonces, el equipo que realiza estos controles está dirigido por un **médico endocrinólogo**, Jefe de la Unidad de Endocrinología y Nutrición de un hospital universitario del Servicio Madrileño de Salud.
- ✓ Se exige igualmente que todas las modelos sean mayores de 18 años.
- ✓ Para que las modelos que participan en los desfiles muestren una **imagen saludable**, se dan instrucciones precisas a quienes coordinan la pasarela y a los maquilladores, con el fin de evitar **maquillajes e iluminaciones** que pudieran menoscabar esta imagen.

Dentro de las líneas de actuación dirigidas a favorecer la salud de los jóvenes, se han realizado diversas actuaciones.

La **Escuela Pública de Animación de la Comunidad de Madrid** realiza una importante labor como complemento a la formación reglada, facilitando el conocimiento de nuevas materias y formación en el ámbito de la educación social y cultural (monitores y coordinadores juveniles de tiempo libre). Dentro de su programación anual de cursos y talleres, así como en las convocatorias anuales de acciones formativas que realiza la Dirección General de Juventud, en colaboración con Asociaciones y Municipios, se incluyen los **cursos sobre Educación para la Salud** y la **Prevención de los Trastornos Alimentarios**.

De igual manera, desde el **Centro Regional de Información y Documentación**, órgano de coordinación de información juvenil, que asesora y ofrece información directa a los **387 servicios** de información que integran la red **de información juvenil**, se pone a disposición de los jóvenes madrileños la documentación e información existente en esta materia.

Su principal mecanismo de comunicación, la página web [www.madrid.org/inforjoven](http://www.madrid.org/inforjoven) contiene un apartado (dentro de su canal salud) dedicado a **Anorexia y Bulimia**, en la que se encuentra el enlace a la **Guía de Recursos** para el tratamiento de la Consejería de Sanidad y al **Pacto Social** contra los Trastornos del Comportamiento Alimentario. También se enlaza con el **Portal Salud** de la Comunidad de Madrid, y se ofrece información sobre asociaciones, teléfonos y enlaces de interés, y bibliografía.

El Centro Regional de Información y Documentación presta también asesoría especializada en diversas materias de interés para los jóvenes (jurídica, empleo, vivienda, estudios, naturaleza, salud...).

En concreto, desde su Asesoría de Salud se ofrece información y orientación en materia de salud, tanto en atención directa por vía presencial ó telefónica, como por correo postal o electrónico, derivando las consultas realizadas a la Consejería de Sanidad. A lo largo del año 2011, de un total de 296 consultas realizadas por los jóvenes en materia de salud, un 1,7 % correspondieron a trastornos alimentarios.

## ÁREA DE ECONOMÍA, COMERCIO Y CONSUMO

---

Desde estas áreas, se ha seguido actuando y trabajando, como en años anteriores, fundamentalmente en la promoción y divulgación de la dieta equilibrada, variada y saludable, con la colaboración de los sectores y sus asociaciones.

La Dirección General de **Consumo**, con el fin de contribuir al “Pacto social de la Comunidad de Madrid contra los trastornos del comportamiento alimentario: anorexia y bulimia”, ha incluido dentro de las actuaciones a desarrollar a través del contrato denominado “**Actividades del Programa Regional de Educación del Consumidor en la Escuela 2011/12**”, actuaciones educativas dirigidas a la **promoción de hábitos de consumo alimentario y estilos de vida** que no amenacen la salud.

En este sentido, durante el transcurso del citado curso escolar, se están impartiendo **250 talleres escolares**, dirigidos a alumnos del Tercer ciclo de Educación **Primaria, Secundaria, Bachillerato y Formación Profesional** de centros escolares de la Comunidad de Madrid, continuando así con la labor realizada en años anteriores, con el fin de **identificar los trastornos del comportamiento alimentario** y proporcionar **herramientas para su temprana prevención**.

En los **177 talleres** realizados **en Madrid** capital y los **73** desarrollados **en** distintos **municipios** de la Comunidad de Madrid, impartidos por especialistas y con una duración de entre 50 y 105 minutos dependiendo de las necesidades de los centros educativos, han participado en este curso **5.716 alumnos**.

Durante 2011, también se ha continuado colaborando con el **comercio textil** y sus asociaciones, en la concienciación acerca de los **tallajes**. En este sentido, la Asociación Empresarial del Comercio Textil y Complementos (ACOTEX) sigue trabajando en la línea de **estandarización de las tallas entre los diferentes fabricantes** para, en la medida de lo posible, que una talla 40 sea la misma aunque los fabricantes sean distintos, así como en establecer un **tallaje mínimo** en cuanto al diseño de los maniquís donde se guarden y se observen **facciones saludables**.

Para ello, cuentan con la colaboración de la Fundación Instituto CENTTA, líder en el tratamiento de los trastornos de conducta alimentaria.

En el ámbito de la **alimentación**, las empresas de distribución comercial que operan en dicho sector, siguen trabajando en propuestas tales como ofrecer una mayor y mejor **información nutricional**, difundir a través de sus revistas y páginas web **hábitos de vida saludable**, etc.

Un ejemplo de ello es la empresa EROSKI, con su actividad informativa al consumidor a través de la **revista “Eroski Consumer”** y sus boletines informativos en temas relacionados con la **alimentación saludable**, nutrición y actividad física.



Durante este año, también se ha realizado el segundo encuentro Nutricional Eroski, que ha girado en torno a la **eliminación de las grasas trans**. En este sentido, Eroski ha finalizado el proceso de eliminación de las mismas añadidas dentro de sus productos. Además, se han realizado también estudios y campañas sobre **desayunos saludables**.

A nivel de productos, además de la eliminación de las grasas trans, se ha comenzado a **reducir el contenido de sal** en los mismos. Durante 2011, se ha llevado a cabo en **50 productos** y la previsión es llegar a los **200 en** los próximos **tres años**.

Por su parte, el **pequeño comercio** de la Comunidad de Madrid viene desarrollando acciones dirigidas a promover dietas saludables entre la población. Así, a través de actuaciones llevadas a cabo por las asociaciones de comerciantes del comercio especializado de alimentación, se han realizado **campañas promocionales** para potenciar y dar a conocer las ventajas de una **dieta variada y equilibrada**.

Ejemplo de ello, son las actuaciones llevadas a cabo por la Asociación de Empresarios Detallistas de Pescados y Productos Congelados de la Comunidad de Madridn (**ADEPESCA**), que en 2011 ha continuado con la **campaña en colegios para el fomento del consumo de productos de pesca**, enfocada a la población infantil-juvenil, como futuros consumidores, y ha editado un nuevo material promocional dirigido fundamentalmente a niños, para el fomento del consumo de productos pesqueros.

En concreto, durante esta campaña se han realizado **7 Jornadas**, que tienen un formato muy dinámico e interactivo, con un total de **1.680 niños** asistentes.

La campaña ha constatado el creciente desconocimiento que tienen los consumidores del futuro sobre la producción pesquera y sobre su formato comercial, las especies, cómo viven los peces, por qué es bueno comer pescado para la salud, cómo prepararlos, donde comprarlos, cómo se comercializan estos productos, cómo se pescan, etc.

Además, desde ADEPESCA se ha realizado una **campaña informativa y promocional** sobre los **beneficios del consumo de pescado**, divulgando las propiedades del pescado **como fuente natural de Omega-3**, para darlo a conocer a los consumidores.

Para ello, se ha optado por un **libro-juego** muy didáctico para llegar a los consumidores más pequeños y, a través de éstos, a sus padres. En el mismo, de una forma divertida y amena, se resalta la **importancia de la dieta en la salud** y se incluye un juego de cómo llega el pescado a Madrid, destacando las **bondades nutritivas del pescado**.

Además, han participado en la **feria DABADUM**, el Salón del Ocio Infantil en Familia organizada en IFEMA del 6 al 11 de diciembre, en un **taller** dedicado a la **familia** sobre **alimentación saludable**; un lugar para conocer las ventajas que aporta el consumo de pescado en la dieta -infantil y de las familias - y su consumo todo el año.

Por último, también se han llevado a cabo **actividades formativas** con los propios **asociados** de ADEPESCA, sobre las **ventajas nutricionales de los productos pesqueros** y la comunicación y conocimiento de las precauciones asociadas al consumo de pescado.

Por su parte, y en esta misma línea, la Federación de Comercio Agrupado y Mercados de la Comunidad de Madrid (**COCAM**) en 2011 ha realizado **jornadas** dirigidas al consumidor **sobre** la **alimentación saludable en mercados y galerías**. En las mismas, se entregaba una pirámide nutricional y diversos materiales promocionales, dando a conocer los productos frescos que podemos encontrar en nuestros mercados, especialmente frutas y verduras, pescados y carnes, para incorporarlos a la **alimentación diaria** de una forma **rica, variada y sana**.

También cabe destacar la labor que está desarrollando la Federación Madrileña de Detallistas de la Carne (**FEDECARNE**), desde la página web [www.sanoconcarne.com](http://www.sanoconcarne.com), desde donde promocionan una **dieta saludable** a través del lema “Descubre el placer de **comer sano comiendo carne**”. Desde este portal, se lleva a cabo una labor de divulgación sobre los beneficios de la carne para una dieta equilibrada con el lema “10 razones para disfrutar comiendo sano con carne”.

Finalmente, es también de señalar otra actuación que se viene desarrollando como es el **Salón de Gourmets**, que convoca el “**Taller de los Sentidos Gourmets**”, desde donde se difunde y enseña a los **escolares** que visitan la Feria, como conseguir una **dieta equilibrada y sana** con **productos de calidad**. Entre los alimentos que se utilizan está el aceite de oliva virgen, el pan, las frutas y verduras, pescados y carnes, etc.

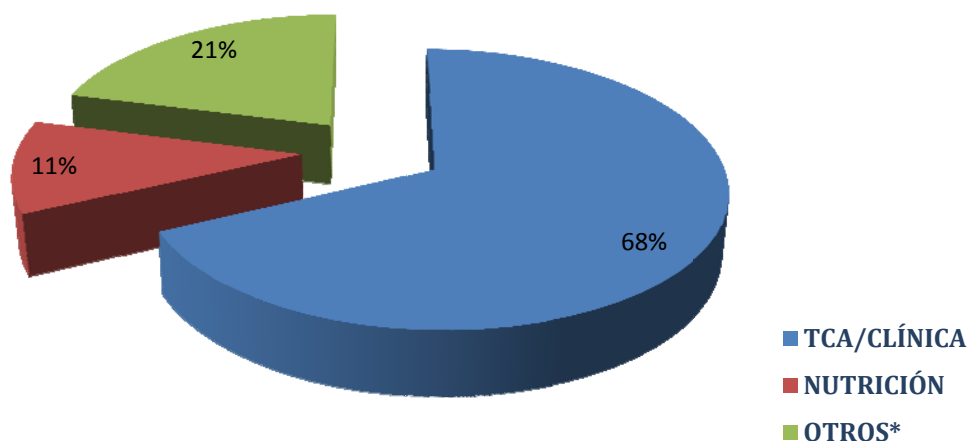
## ÁREA DE SANIDAD

El **Servicio de Atención Telefónica** gratuito (900 60 50 40) atendió **1.230 consultas** durante **2011**, que suman un **total de 6.969** desde su puesta en funcionamiento en **abril de 2007**.

MES	NÚMERO DE LLAMADAS	%
Enero	104	8
Febrero	112	9
Marzo	173	14
Abril	158	13
Mayo	122	10
Junio	87	7
Julio	62	5
Agosto	81	6
Septiembre	97	8
Octubre	80	6
Noviembre	83	8
Diciembre	71	6
<b>TOTAL</b>	<b>1.230</b>	

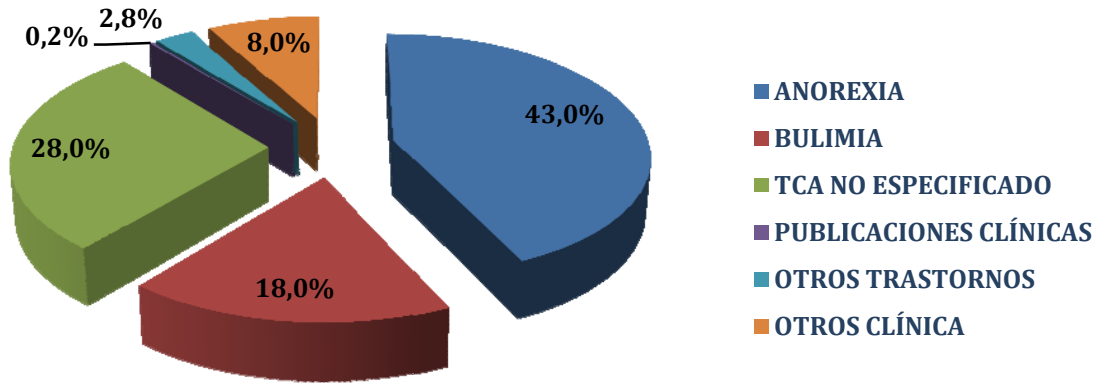
El **68%** de las llamadas están relacionadas con consultas **sobre Trastornos del Comportamiento Alimentario**.

### MOTIVO DE LA LLAMADA

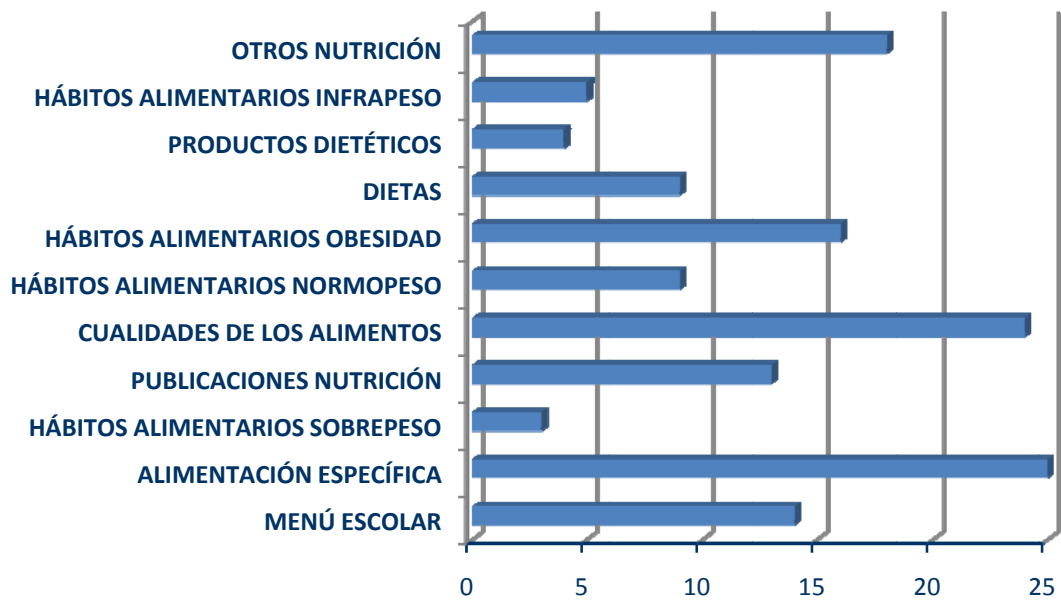


\*OTROS: talleres, publicidad, internet, higiene alimentaria, fármacos

### CONSULTAS SOBRE TCA/CLÍNICA



### CONSULTAS SOBRE NUTRICIÓN



Durante el curso escolar 2010-2011 se han realizado **50 talleres de prevención** de Trastornos del Comportamiento Alimentario **en centros escolares** de la Comunidad de Madrid: 14 en el último ciclo de Educación Primaria, 21 en el primer ciclo de Enseñanza Secundaria Obligatoria y 15 en el segundo ciclo.

Los talleres, dirigidos por psicólogos, tratan conceptos básicos de nutrición y aspectos relacionados con prevención de los trastornos alimentarios, tales como valoración crítica de los mensajes de los medios de comunicación o fomento de la autoestima, entre otros.

El número total de **alumnos participantes** ha sido este curso de **1.063**: de los cuales 215 son del último ciclo de Primaria, 493 del primer ciclo de Secundaria y 355 del segundo.

Tras la realización de los talleres, se pasa una evaluación para que los alumnos valoren el taller y la labor de los ponentes, con un resultado de **3.3** como **evaluación media del taller** y de **3.6** en el caso de la **valoración media de los ponentes** (según la escala Likert, en la que la mínima puntuación es 1 y 4 la máxima).

Se han continuado desarrollando también los **Talleres “Desayunos Saludables”** iniciados en 2005. Esta actividad se lleva cabo en el comedor del centro escolar, impartida por enfermeras de los Centros de Salud, de las áreas de Salud Pública y de los Ayuntamientos, junto con otros **profesionales sanitarios y técnicos de salud**. Durante la misma, se muestra a los niños la importancia de un desayuno saludable y se les enseña a mantener una alimentación adecuada.

Además de desayunar con los niños, los profesionales sanitarios desarrollan un taller en el que se enseña a los **escolares** los conceptos básicos de un desayuno saludable, con el apoyo de distintos materiales educativos (folletos, pirámides de alimentación, pósters para las aulas, etc.), alentándoles a que pongan en práctica en casa lo que han aprendido. Al finalizar el taller son los niños los que diseñan un desayuno saludable.

El taller se complementa con una sesión educativa dirigida al **profesorado** y a las **familias**, con el objetivo de impartir los conocimientos y aptitudes necesarias para el fomento del desayuno saludable y de una alimentación equilibrada.

Bajo el lema **“1º desayuna, después ¡Cómete el día!”**, el objetivo global es promocionar la alimentación saludable en los escolares, por tratarse de un grupo prioritario, de cara a la **adquisición de hábitos en la infancia que se consoliden en la edad adulta**.

El pasado año han participado en esta actividad **22.500 escolares** de **200 colegios** de la Comunidad.

Se trata de una iniciativa que ha conseguido mejorar las conductas alimenticias de la población escolar, ya que, tras la realización de la actividad, el porcentaje de **escolares que desayuna a diario** ha pasado de un 88% a un **91,5%**, y los que ya desayunaban **mejoraron la composición del desayuno**, con un **84,8%** de niños que incluyen 4 o más alimentos frente a un 77,4% antes de la actividad.

En 2011 se ha diseñado una **Campaña** para la **prevención del sobrepeso y la obesidad**, que constituyen en la actualidad uno de los problemas más importantes de salud pública a nivel mundial, un factor de riesgo clave para el desarrollo de muchas enfermedades crónicas y la segunda causa de mortalidad prevenible.

La campaña tiene el objetivo de favorecer una **actitud proactiva en el autocuidado del peso** y proporcionar una serie de herramientas sencillas que faciliten la **adquisición de hábitos adecuados** y medidas eficaces para **mantener un peso saludable**, motivando una **imagen positiva del propio cuerpo**, **no buscar objetivos imposibles** y animando los ciudadanos a que **consulten** con los **profesionales de la salud**.

Para ello, se han diseñado diversos materiales: un cuadríptico, un cartel, 13 fichas informativas, un vídeo de animación y un minisite en la web donde están y se pueden descargar todos estos materiales ([www.madrid.org/midetusalud](http://www.madrid.org/midetusalud)). En todos ellos, **se han cuidado mucho los mensajes y su presentación** para que su **impacto** sea **positivo** e implique y motive a la población. Además se ha valorado igualmente la **utilidad** de estos materiales **en las consultas de Atención Primaria** y otros **entornos para la educación para la salud**, tanto desde un punto de vista preventivo como terapéutico.

La campaña se ha difundido en todos los centros de salud y hospitales de la Comunidad, así como en los servicios de Salud Laboral, Ayuntamientos, Asociaciones y otros ámbitos. Ha tenido también una importante repercusión en la prensa escrita y se ha presentado en diferentes reuniones científicas y congresos de las sociedades científicas que colaboran en la campaña. Igualmente significativa ha resultado su aceptación en la web, con más de 90.000 entradas sólo en los días siguientes a su presentación.

En el mes de junio, durante el **Primer Foro de Estilo de Vida Saludable**, en el que se dieron cita la ciencia, las instituciones públicas, las empresas de alimentación y deporte y toda persona con interés en el **fomento de estilos de vida saludables**, fundamentalmente de **alimentación y actividad física**, y al que acudieron más de 15.000 personas, entre otras iniciativas, se presentó y difundió el material de la **campaña " Mide tu Salud"**.

Además de otros materiales dirigidos a la promoción de hábitos alimentarios saludables, se ha elaborado y editado la **"Guía de Orientación sobre Nutrición, Compra y Cocina Fácil para Jóvenes"**, como herramienta de **educación nutricional**, desde el momento de la compra, hasta que se materializa la elección de una alimentación adecuada, con la forma de cocinado.

Dirigida a los jóvenes que carecen de tiempo para cocinar y comprar alimentos frescos, y con falta de conocimiento de las técnicas culinarias, proporciona los conocimientos necesarios para una alimentación adecuada, mostrando ideas prácticas para confeccionar menús con recetas de fácil preparación.

Por otra parte, a través del **Aula de Salud Pública** Se han impartido **144 talleres** para la promoción de **hábitos de vida y alimentación saludable**, en **53 colegios** y con un total de **3. 444 escolares** participantes, que suponen una media de 24 alumnos diarios.

El Aula de Salud Pública, en funcionamiento desde abril de 2007, tiene como objetivo mostrar didácticamente las actividades de promoción de la salud y prevención de la enfermedad a través de la educación sanitaria. Para ello, dispone de una sede utilizada de forma permanente para exposición, demostración y formación.

También en esta actividad, se entrega una encuesta para conocer el grado de satisfacción y adecuación, tanto de contenidos como de comprensión y utilidad con las materias lectivas de los cursos a los que se dirige, con una **valoración** entre **muy buena y excelente**, tanto por parte de los profesores como de los alumnos.

En relación con el Proyecto Universidades Saludables, el 23 de septiembre de 2011 se presentó la **Red Madrileña de Universidades Saludables** (REMUS), que había iniciado su andadura a finales de 2009.

La creación de esta Red, responde a la necesidad de iniciar un proyecto de trabajo que incorpore el concepto de **Promoción de la Salud** en la cultura universitaria, en sus políticas institucionales, estructura, procesos y planes de estudio, que incluya la identificación de las necesidades de la comunidad universitaria, áreas de trabajo y estrategias de intervención.

La Universidad, siempre ha estado comprometida con los modelos de promoción de la salud, y desde este compromiso constituye un marco idóneo de actividad laboral, social y cultural, como promotora de salud, siendo por ello un bien importante para la sociedad.

Una **universidad saludable** es aquella que, de forma continua, está mejorando e interviniendo sobre los factores que determinan su ambiente físico y social, facilitando el acceso y potenciando los recursos comunitarios que permiten a sus miembros realizar todas sus funciones vitales y autodesarrollarse hasta su máximo potencial, desde una perspectiva de **apoyo mutuo**.

Los **destinatarios** de los objetivos de la Red, no son solo el **alumnado**, sino también el **profesorado** y **personal de administración y servicios**. Los **objetivos** prioritarios son:

- ✓ Lograr **entornos universitarios saludables**, incluidos el medio ambiente físico y laboral

- ✓ Elaborar un Plan para globalizar y ordenar las actuaciones dirigidas a lograr que la Universidad sea una **universidad promotora de salud**
- ✓ Formar un grupo organizativo, constituido por representantes de todas las Universidades de la Comunidad de Madrid, que elaboren e impulsen un Plan general y unos programas operativos anuales
- ✓ Participar en las diversas redes, foros, grupos de trabajo **nacionales e internacionales** existentes sobre Universidades saludables, que favorezcan la profundización y desarrollo, la **innovación, investigación**, discusión e **intercambio de experiencias** sobre el tema
- ✓ Desarrollar capacidades personales para **mejorar la propia salud del alumnado, profesorado y personal no docente**, así como para identificar los determinantes de la salud colectiva dentro de la universidad y poder mejorar la salud colectiva
- ✓ Contribuir a **mejorar la formación postgrado en promoción de la salud**, ofertando cursos dirigidos tanto al alumnado de la propia universidad como a profesionales que trabajan en diferentes ámbitos relacionados con la salud
- ✓ Establecer diversos grupos y comisiones de trabajo en las que participen todos los colectivos implicados en el proyecto, para profundizar en el análisis de las necesidades, llevar a cabo las acciones necesarias para afrontarlas y evaluarlas.

Para ello, se han definido las siguientes **líneas estratégicas**, sobre las que se desarrollan las actividades de la Red:

- ✓ Actividad Física.
- ✓ Alimentación.
- ✓ Trastornos del Comportamiento Alimentario.
- ✓ Tabaco, alcohol y otras drogas.
- ✓ Ocio y Salud.

En el ámbito de la asistencia sanitaria, la **red de atención del Servicio Madrileño de Salud** ha continuado proporcionando cobertura a la demanda asistencial generada por los Trastornos del Comportamiento Alimentario.

Esta red dispone de **unidades hospitalarias y ambulatorias**, así como de **programas para menores y para adultos**. Los distintos niveles asistenciales y todos los dispositivos están estructurados para proporcionar una **atención multidisciplinar y coordinada**, con la implicación de los recursos sanitarios indicados, dependiendo del estado clínico o evolutivo del trastorno.



Entre otros dispositivos, la red asistencial está integrada por:

- ✓ Centros de Atención Primaria.
- ✓ Servicios de Salud Mental de Distrito.
- ✓ Unidad de Trastornos de la Conducta Alimentaria del Hospital Niño Jesús.
- ✓ Unidad de Trastornos de la Conducta Alimentaria del Hospital Santa Cristina.
- ✓ Unidad de Trastornos de la Personalidad y de la Conducta Alimentaria del Hospital Clínico San Carlos.
- ✓ Clínica de Trastornos de la Conducta Alimentaria del Hospital de Móstoles.
- ✓ Clínica de Trastornos de la Conducta Alimentaria del Hospital Gregorio Marañón.
- ✓ Unidad de Hospitalización del Hospital Ramón y Cajal.
- ✓ Servicios de Psiquiatría, de Endocrinología, de Nutrición y de Pediatría de los hospitales.

Se recogen a continuación algunos datos de la actividad asistencial desarrollada durante 2011.

## **HOSPITAL INFANTIL UNIVERSITARIO NIÑO JESÚS**

---

<b>PACIENTES DE 6 A 17 AÑOS</b>	
<b>PACIENTES NUEVOS TCA</b>	<b>198</b>
<b>PACIENTES HOSPITALIZADOS TCA</b>	<b>167</b>
<b>PACIENTES HOSPITAL DE DIA EDAD ADOLESCENTE</b>	<b>67</b>
<b>PACIENTES HOSPITAL DE DIA EDAD ESCOLAR</b>	<b>61</b>
<b>HOSPITALIZACION DOMICILIARIA</b>	<b>47</b>
<b>ATENCIONES GRUPOS ANOREXIA NERVIOSA</b> <b>160 pacientes al mes</b>	<b>1.653</b>
<b>ATENCIONES GRUPOS BULIMIA NERVIOSA</b> <b>80 pacientes al mes</b>	<b>560</b>
<b>ATENCIONES OBESIDAD</b> <b>7 pacientes al mes</b>	<b>180</b>
<b>ATENCIONES SEGUIMIENTO INTERVENCIONISTA</b>	<b>7.345</b>
<b>PACIENTES NUEVOS TCA MENORES DE 6 AÑOS</b>	<b>131</b>

## HOSPITAL UNIVERSITARIO SANTA CRISTINA

La **Unidad de Hospitalización de Día** para pacientes **mayores de 18 años**, cuyos tratamientos previos en centros y servicios de salud mental han resultado insuficientes, está atendida por un **equipo multidisciplinar** constituido por dos psiquiatras, dos endocrinólogos (interconsultor), cuatro psicólogos clínicos (uno colaborador), tres diplomados en enfermería, tres auxiliares de enfermería, un auxiliar administrativo y dos nutricionistas (compartidos). Tiene **actividad de mañana** de 08:30 a 15:30 horas **y de tarde** de 14:30 a 21:00 horas, con **horarios flexibles** según las necesidades asistenciales y sociales de los pacientes.

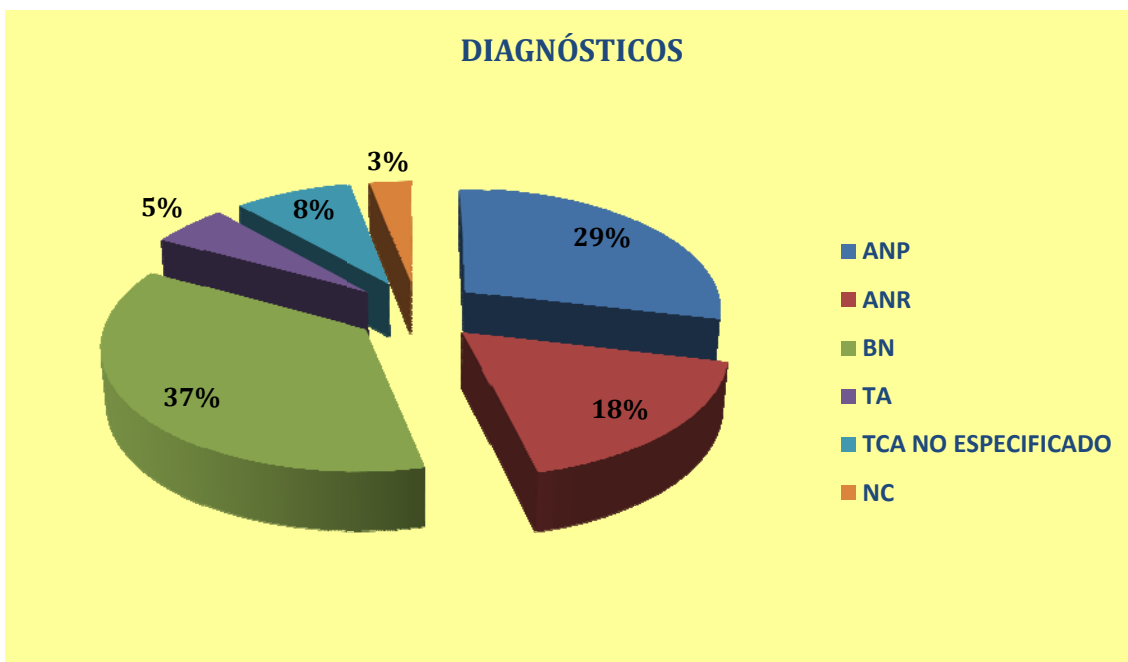
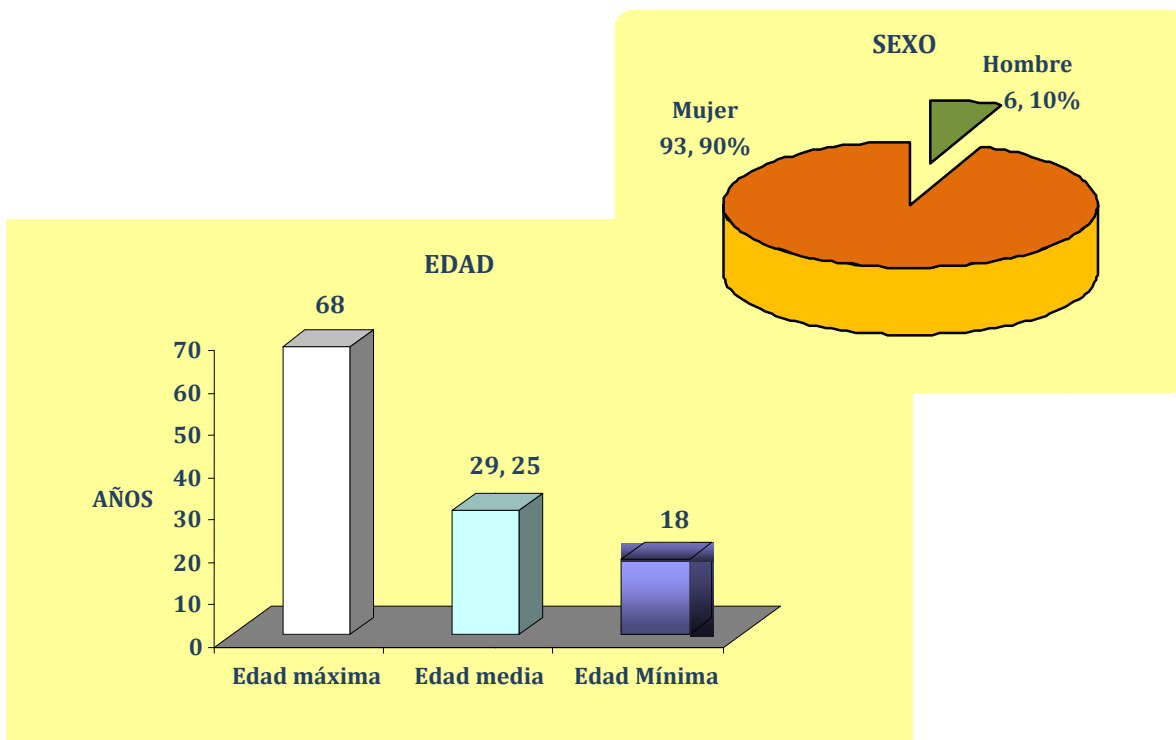
Cuenta también con **consultas externas** para seguimiento en casos complicados por deficiente motivación, alteraciones en la imagen corporal, y prevención de recaídas. Así mismo, se atienden las **interconsultas psiquiátricas** procedentes de otros servicios médicos del hospital.

### PRINCIPALES INDICADORES DE ACTIVIDAD ASISTENCIAL EN 2011

<b>PACIENTES DERIVADOS A LA UNIDAD</b>	<b>73</b>
<b>PACIENTES ATENDIDOS EN RÉGIMEN DE HOSPITAL DE DÍA</b>	<b>164</b>
<b>ATENCIONES EN TERAPIA DE GRUPO</b>	<b>7.750</b>
<b>PACIENTES DE ALTA</b> (por todos los conceptos)	<b>36</b>

		ENE	FEB	MAR	ABR	MAY	JUN	JUL	AGO	SEP	OCT	NOV	DIC	TOTAL
<b>PSIQUIATRÍA</b>	<b>PRIMERAS</b>	11	10	15	14	8	10	1	3	7	10	0	14	<b>103</b>
	<b>SUCESIVAS</b>	173	174	219	186	174	232	137	119	154	161	172	158	<b>2.059</b>
<b>PSICOLOGÍA</b>	<b>PRIMERAS</b>	6	5	11	10	8	7	1	1	8	8	0	1	<b>66</b>
	<b>SUCESIVAS</b>	161	164	192	121	181	128	132	100	192	236	150	152	<b>1.909</b>
<b>SESIONES HOSPITAL DE DÍA</b>		656	725	915	701	841	757	522	415	524	586	593	515	<b>7.750</b>
<b>TERAPIA OCUPACIONAL</b>		161	162	192	141	229	183	189	77	124	121	122	62	<b>2.005</b>

**EDAD, SEXO Y DIAGNÓSTICO DE LOS PACIENTES QUE RECIBIERON ATENCIÓN EN RÉGIMEN DE HOSPITAL DE DÍA DURANTE 2011 (164 pacientes)**



ANP Anorexia Nerviosa Purgativa  
 ANR Anorexia Nerviosa restrictiva  
 BN Bulimia Nerviosa

TA Trastornos por Atracón  
 TCA No Especificado  
 NC No Consta

## HOSPITAL UNIVERSITARIO LA PAZ

Se resume a continuación la actividad asistencial desarrollada a lo largo de 2011, de acuerdo al **Mapa de Procesos del Programa de TCA**.

Los **Centros de Salud Mental** se hacen cargo de la **evaluación y diagnóstico inicial**, así como del **tratamiento individual combinado psicoterapéutico y psicofarmacológico**.

	Pacientes nuevas	Pacientes asistidas	Consultas sucesivas	Altas	Derivaciones UTCA HSCristina	Derivaciones UTCA HGMarañón
CSM Colmenar	4	37	407*		2	
CSM Fuencarral	13	50	550*			
CSM Tetuán	10	40	440*	5	2	2
<b>TOTAL</b>	<b>27</b>	<b>107</b>	<b>1.397*</b>	<b>5</b>	<b>4</b>	<b>2</b>

\* cifras aproximadas

En la **Unidad de Enlace del Hospital La Paz** se han atendido algunos de los casos con un **mayor compromiso orgánico por** derivación desde los Centros de Salud Mental. En general, han sido casos con una **mayor cronicidad y gravedad**. También han sido derivados casos desde las Unidades de Nutrición de otras áreas sanitarias.

Pacientes nuevas	Pacientes asistidas	Consultas sucesivas	Altas	Derivaciones UTCA HSCristina	Derivaciones UTCA HGMarañón
4	25	550*			

\* cifras aproximadas

En la **Unidad de Hospitalización** han ingresado a **16 pacientes** con una **estancia media** de **14,87 días**.

Ingresos	Estancia Media
16	14.87 días

#### **Psicoterapia de grupo de pacientes de larga evolución:**

- ✓ Frecuencia **semanal**. Grupo **abierto**.
- ✓ Han acudido de **8 a 10 personas**.

#### **Grupo terapéutico de familiares:**

- ✓ Frecuencia **semanal**. Grupo **abierto**.
- ✓ Acuden entre **10 y 12 familiares** cada semana.

#### **Taller de formación en TCA para familiares y pacientes:**

- ✓ Una edición en diciembre.
- ✓ **8 sesiones**.
- ✓ Asistieron **45 personas** entre **familiares y pacientes**.

#### **Taller de Imagen Corporal:**

- ✓ Duración de **2 meses, 8 sesiones**, frecuencia **semanal**.
- ✓ Dos ediciones.
- ✓ **Cada edición** ha contado con **10 participantes**.

#### **Psicoterapia de Grupo para pacientes con diagnóstico de Trastorno por Atracón:**

- ✓ Duración **2 meses, 8 sesiones**, frecuencia **semanal**.
- ✓ Dos ediciones.
- ✓ **Cada edición** ha contado con **10 participantes**.

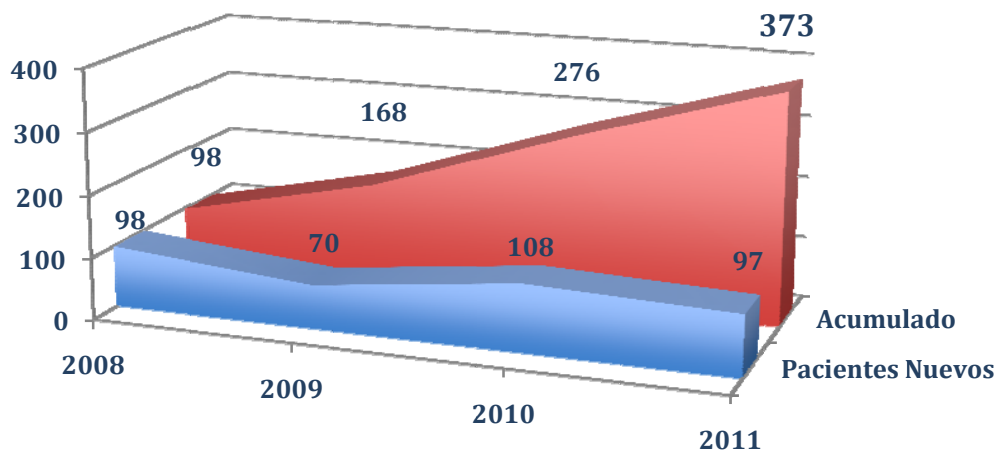
En estas actividades están incluidos los residentes de Psicología Clínica y Psiquiatría y rotantes de la Unidad de Psicoterapia, considerándose de especial importancia en su proceso de formación.

### **HOSPITAL UNIVERSITARIO GREGORIO MARAÑÓN**

---

La Clínica de Trastornos de la Conducta Alimentaria, oferta **tratamiento integral médico, psicológico y de enfermería** a los pacientes con trastornos específicos de la conducta alimentaria (Anorexia Nerviosa y Bulimia Nerviosa) y otros trastornos no específicos como el Trastorno por atracón.

Desde su apertura en el mes de marzo de 2008 y hasta finales de diciembre de 2011, la Clínica de Trastornos de la Conducta Alimentaria ha recibido un total de **444 solicitudes de asistencia**.



De esas solicitudes, se ha registrado una **inasistencia del 16%** a la primera cita, por lo que el total de **pacientes que han iniciado el programa asistencial** es de **373**. La causa fundamental de este indicador, es la negativa del propio paciente a iniciar el programa terapéutico.

La **cartera de servicios** que oferta la Clínica TCA incluye los siguientes servicios asistenciales:

- ✓ Evaluación, diagnóstico y diagnóstico diferencial.
- ✓ Tratamiento farmacológico.
- ✓ Terapia individual y grupal.
- ✓ Educación para la salud y alimentación saludable.
- ✓ Intervenciones familiares, información, apoyo y psicoeducación.
- ✓ Tratamiento médico integral de las distintas especialidades médicas (Nutrición, Ginecología, Digestivo,...).
- ✓ Coordinación con profesionales responsables del paciente en su dispositivo asistencial de distrito (MAP y Psiquiatra de zona), de hospitalización (Hospital Ramón y Cajal, UHB de Hospital Gregorio Marañón, Hospital de referencia), de hospitalización parcial (Hospital de día de Santa Cristina).
- ✓ Docencia pregrado, postgrado y formación continuada.
- ✓ Investigación.

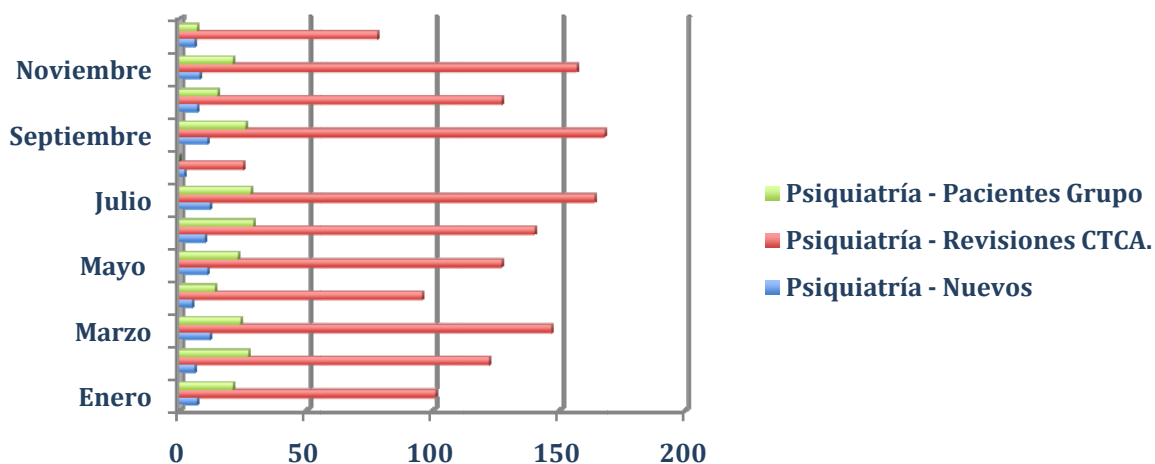
**Todos los pacientes** en tratamiento acuden a **consultas individuales, psiquiátricas, psicológicas y de enfermería.**

Se establece un **plan de tratamiento integral individualizado** inicial, que se adapta a las necesidades de los pacientes y sus familiares durante toda su evolución.

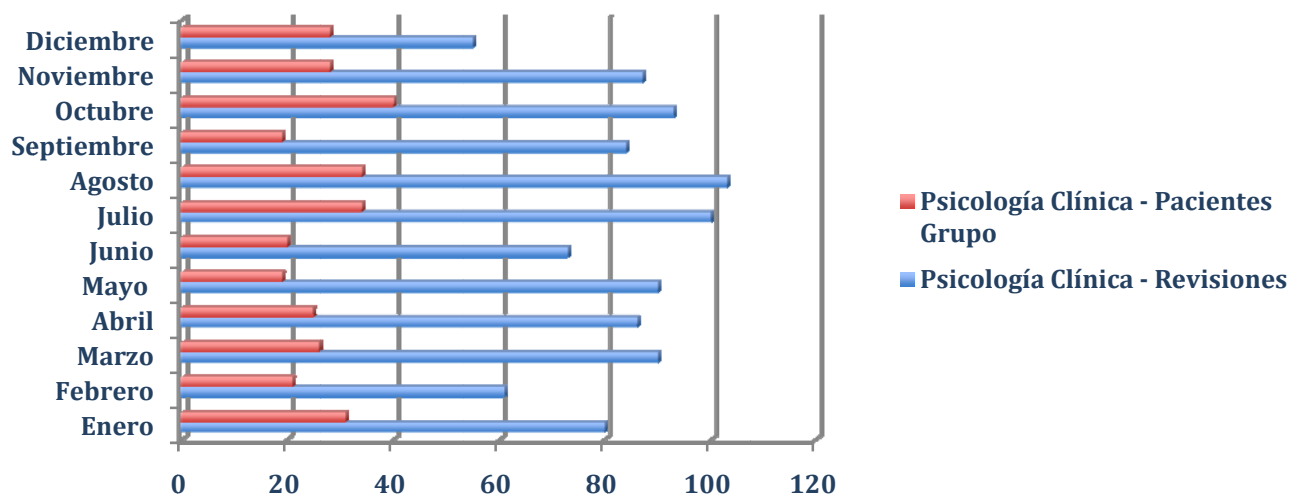
Durante 2011, se han realizado un total de **4.665 intervenciones asistenciales**:

### 1. Consultas individuales

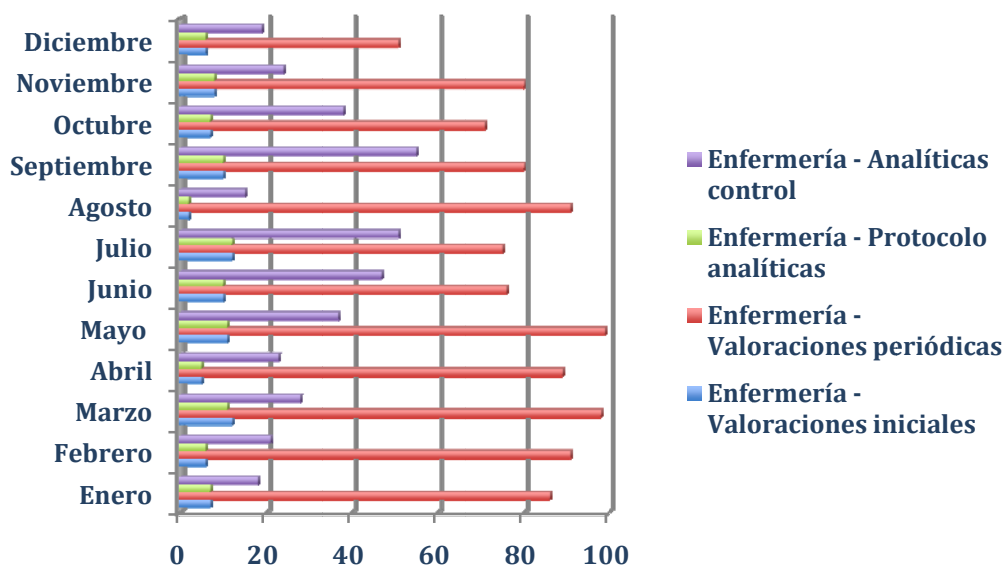
- ✓ **97 pacientes nuevos y 1.452 revisiones en Consulta individual de Psiquiatría**



- ✓ **1.002 revisiones en Consulta individual de Psicología Clínica**



- ✓ **96 valoraciones iniciales y 987 valoraciones periódicas en Consulta individual de Enfermería** (centrada fundamentalmente en educación para la salud, establecimiento de dieta saludable, y valoraciones periódicas).



## 2. Tratamientos Grupales

Se han llevado a cabo 3 grupos de psicoterapia, con frecuencia semanal, para distintos perfiles de pacientes.

- ✓ Grupo de **psicoterapia en pacientes multi-impulsivas: 235 intervenciones.**
- ✓ Grupo de **psicoterapia en pacientes de curso evolutivo** del trastorno **menor de 7 años.**
- ✓ Grupo de **psicoterapia en pacientes con sintomatología predominantemente restrictiva: 325 intervenciones**, junto con el grupo de psicoterapia de corto periodo evolutivo.

## 3. Seminario formativo de educación nutricional y alimentación saludable.

Los **pacientes recién incorporados** y sus **familiares** en un mes natural, acuden a seminario formativo de educación nutricional y alimentación saludable al final del mismo (último viernes de cada mes).

**4. Clínica del K+.** Los **pacientes con conductas purgativas**, realizan un seguimiento intensivo electrolítico. Se establecen dos grupos de **controles**, uno **semanal** (todos los miércoles) y otro **mensual** (primer viernes de cada mes). Se realiza **monitorización electrolítica** dependiendo de la situación clínica del paciente. Durante el 2011, se han realizado un total **376 controles analíticos** dentro de esta clínica, incluidos los controles periódicos establecidos semestral y anual. Independiente, se establece un **protocolo inicial de valoración analítica** en número **total de 95**, durante todo 2011.



Este año, se ha concretado un acuerdo de **coordinación con** la Unidad de día del **Hospital Santa Cristina**, estableciéndose un **protocolo de hospitalización** con la Unidad de Hospitalización Breve del **Hospital Gregorio Marañón**, para **contención y mantenimiento** del proceso terapéutico.

## **HOSPITAL UNIVERSITARIO DE MÓSTOLES**

---

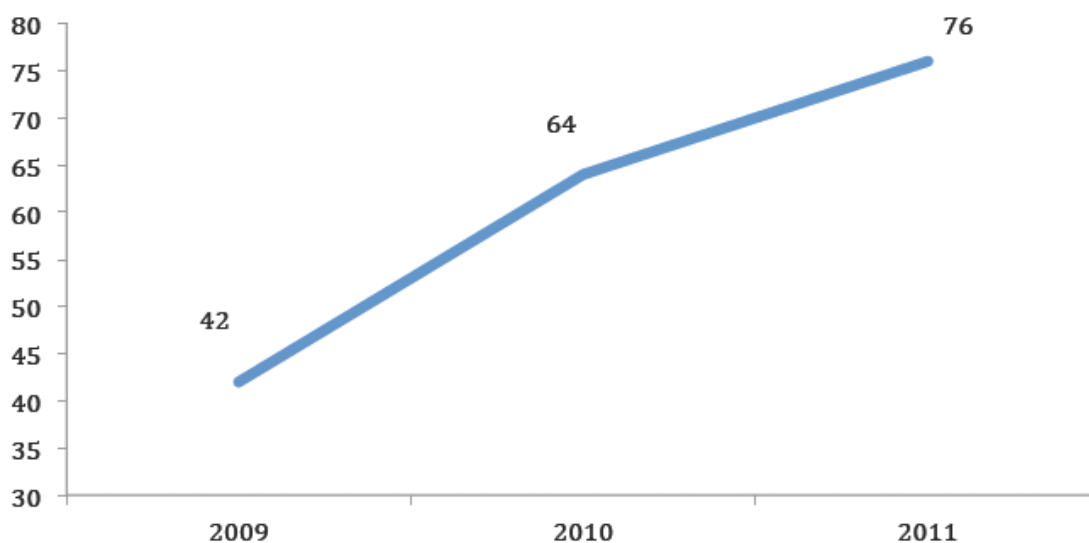
La Unidad de Trastornos de Conducta Alimentaria del Hospital de Móstoles cuenta con un Psiquiatra, una Psicóloga Clínica, una DUE, una Auxiliar de Enfermería y una Endocrinóloga/Nutricionista (una vez a la semana). Funciona en horario de tarde, desde las 14 hasta las 21 horas y dispone de un espacio de unos 250 metros cuadrados en el Centro de Especialidades de Coronel de Palma, con cuatro despachos, una sala de grupos, una sala de reposos, dos comedores terapéuticos, una sala de personal, una sala de pesos/medicación y una cocina.

El tratamiento comienza con la derivación del paciente desde los Centros de Salud Mental del área de influencia (antiguas áreas sanitarias 8, 9 y 10)

En 2011 han sido **derivados** a la Unidad **76 pacientes nuevos** y han recibido **atención 172 pacientes**. Recibieron **tratamiento en el programa integral de Hospital de día** (comedor terapéutico, tratamiento grupal y tratamiento individual) **35 pacientes**.

Existe un crecimiento en la utilización de este recurso dentro del área de influencia.

### **Derivaciones a UTCA por año**



El **plan de tratamiento** para cada paciente, incluyendo la entrada en el comedor terapéutico, se decide en equipo **por todos los facultativos** de la Unidad: Psiquiatra, Psicóloga y Endocrinóloga-Nutricionista. Se trata de un **tratamiento individualizado**, en el que se consideran las diferentes necesidades del paciente en cada momento.

		Grupo de edad			
		Menores de 25 años	De 25 a 35 años	Mayores de 35 años	Total
Diagnostico en derivación	Anorexia Nerviosa	38	47	16	101
	Bulimia Nerviosa	26	26	18	70
	Trastorno de la Conducta Alimentaria No Especificado	30	16	11	57
	Atracón	0	2	0	2
	No referido	5	2	3	10
Total		99	93	48	240
Sexo	Mujer	92	91	44	227
	Varón	7	2	4	13

Por tratarse de pacientes con diagnóstico de trastornos de la conducta alimentaria, todos presentan un **esquema de su autoestima basado en el peso y en la figura**. Como consecuencia, existe una obsesión por su control, que suele estar basada en la **restricción**, aunque en casi todos los casos aparecen o han aparecido **conductas purgativas**, generalmente en forma de autoprovocación del vómito.

Se trata de pacientes que suelen presentar **trastornos de ansiedad y del estado de ánimo** hacia el polo depresivo, frecuentemente en relación con la desnutrición y el bajo índice de masa corporal. Existen **ideas de culpa y minusvalía**. Al haber contactado previamente con Salud Mental, la **conciencia de enfermedad** es buena aparentemente.

**En ocasiones**, al encontrar una intensidad del tratamiento mayor y al estar centrado el tratamiento en un trabajo psicoterapéutico, **pueden** replegarse y **aparecer resistencias**.

No suelen presentar alteraciones sensoperceptivas ni alteraciones del pensamiento, más allá de una distorsión de la autoimagen corporal.

En general, se pueden identificar **dos perfiles** en cuanto al control de impulsos: personas con **elevada rigidez y exigencia**, que suelen asociar **síntomas restrictivos**, y otras personas con **descontrol de impulsos** en la comida y otros ámbitos de la vida, que suelen asociar **síntomas purgativos**.

El **60%** de los pacientes **viven con sus padres**, mientras que un **32%** ha formado **una familia** y un **8%** viven solos. Un **55%** tiene pareja estable. La **edad media** es de **28 años**.

### 1. Consultas Individuales

- ✓ **74 pacientes nuevos y 1.160 revisiones en Consulta de Psicología**
- ✓ **74 pacientes nuevos y 1.4 75 revisiones en Consulta de Psiquiatría**
- ✓ **58 pacientes nuevos y 293 revisiones en Consulta de Endocrinología y Nutrición** (consulta un día en semana para valoración nutricional, revisión, seguimiento y elaboración de dietas personalizadas)
- ✓ **58 pacientes nuevos y 294 revisiones en Consulta de Enfermería** (como apoyo a la consulta de Endocrinología y Nutrición se realiza educación nutricional y apoyo dietético).

	<b>Consultas nuevas</b>	<b>Consultas revisión</b>
Psicología.	74	1160
Psiquiatría.	74	1475
Endocrinología / Nutrición.	58	293
Enfermería.	58	294
<b>Total consultas.</b>	<b>264</b>	<b>3222</b>

**Todos los pacientes** acuden a **consultas individuales** tanto con Psiquiatra, como con Psicóloga y Endocrinóloga/Nutricionista. En el **plan de tratamiento** pueden incluirse, al inicio o en la evolución, otras **herramientas terapéuticas** como tratamientos grupales y/o comedor terapéutico.

## 2. Tratamientos Grupales

- ✓ **33 Grupos de Relajación.** Actividad a cargo de la Enfermera, que se realiza con los pacientes que acuden al **comedor terapéutico** en horario de comidas.
- ✓ **45 Grupos de Padres.** Actividad que realizada por la Psicóloga y el Psiquiatra, con la Enfermera y la Auxiliar de Enfermería como coterapeutas, **tres veces a la semana**, con una duración de dos horas.

Uno de los grupos sigue el **modelo interpersonal-vivencial y de soporte**, otro aborda **aspectos psicoeducativos** y otro sigue el **modelo** del Hospital Maudsley de Londres **de cuidados colaborativos** (la profesora Janet Treasure del Guy's Hospital de Londres, una de las creadoras del método de cuidados colaborativos, visitó la Unidad en 2010 y desde entonces se encuentra en contacto con los facultativos).

- ✓ **75 Grupos de Psicoterapia.** Actividad que realiza la Psicóloga con el apoyo de una Psicóloga Interna Residente, **dos veces a la semana** durante una hora y media con pacientes según rango de edad (Psicoterapia I para menores de 30 años y Psicoterapia II para mayores de 30 años). Tienen un **abordaje interpersonal, dinámico e integrador**.
- ✓ **24 Grupos de Psicoeducación.** Actividad que realiza el Psiquiatra, con el apoyo de la Enfermera, **una vez a la semana**, con una duración de una hora y media.
- ✓ **24 Grupos de Educación Nutricional.** Actividad que realiza la Enfermera, **una vez a la semana**, con una duración de una hora y media.
- ✓ **22 Grupos de Convivencia.** Actividad que realizan los pacientes que acuden al **comedor terapéutico** en horario de comidas, con todo el equipo terapéutico.
- ✓ **9 Seminarios de Familias.** Actividad que realizan Psicóloga, Psiquiatra, Enfermera y Auxiliar de Enfermería, que consiste en un **trabajo grupal intensivo**, durante una tarde, en el que cada profesional dirige un seminario psicoeducativo de una hora de duración aproximada, a los familiares de los pacientes que acaban de incorporarse a la Unidad. Se abordan **aspectos generales de la enfermedad, significado del síntoma y manejo en momentos clave**.
- ✓ **26 Grupos de Arteterapia.** La arteterapia consiste en el uso del proceso creativo con fines terapéuticos. Se basa en la idea de que **los conflictos e inquietudes psicológicas** pueden ser **trabajados** por el paciente, **mediante la producción artística**. Se trabaja con los distintos tipos de disciplinas artísticas (música, plástica, teatro, danza), de una forma

alternativa y variada, que también proporciona un espacio lúdico y de relajación a los pacientes. El grupo se realiza **semanalmente** con asistencia voluntaria de una licenciada en Bellas Artes.

- ✓ **30 Grupos de Expresión Corporal.** El objetivo es **favorecer la relación del paciente con su propio cuerpo, estructurar el esquema corporal, construir una apropiada autoimagen y mejorar la comunicación** con uno mismo y con los demás. Este grupo consta de 14 sesiones, que se realizan con una **frecuencia quincenal**, a cargo de una PIR del Servicio y de la Auxiliar de Enfermería.
- ✓ **4 Grupos de Cinefórum.** Se presentan a los pacientes películas cuyo contenido les acerca a problemas y situaciones propias que, al ser tratadas como ajenas, **facilitan la reflexión**. Su **periodicidad** es **mensual** y participan todos los profesionales del Centro. Durante 2011 se han realizado grupos de cinefórum con las películas Cisne negro, Precious, Inocencia interrumpida y Malos hábitos.

	Número de grupos	Actividad grupal
Grupo Relajación.	33	271
Grupo Padres.	45	360
Grupo Psicoterapia.	75	600
Grupo Psicoeducación.	24	144
Grupo Educación Nutricional.	24	144
Grupo Convivencia.	22	187
Seminario Familias.	9	72
Grupo Arteterapia.	26	213
Grupo Expresión Corporal.	30	180
Cinefórum	4	35
Total	292	2206

### 3. Comidas terapéuticas

- ✓ **35 pacientes** han asistido **Comedor Terapéutico**  
En horario de comidas y meriendas proporciona el ambiente necesario para la reeducación alimentaria, normalización de la comida en tiempo, lugar, contenido, cantidad, periodicidad y duración. Se indica la asistencia al comedor terapéutico a aquellos pacientes que presentan alteraciones más marcadas en la realización de las comidas, que generalmente provocan un mayor conflicto en el ambiente familiar. Suele tratarse de pacientes con sintomatología predominantemente restrictiva, que presentan desnutrición.
- ✓ Se han realizado **8 comidas extrahospitalarias** y **20 meriendas extrahospitalarias**  
Como parte del programa de normalización de la alimentación, se incluyen comidas y meriendas de las pacientes con los terapeutas (enfermera y auxiliar) en restaurantes y cafeterías, para cubrir los problemas que algunos pacientes tienen para comer en público.

A lo largo de 2011 se han dado 42 altas en la Unidad

## HOSPITAL UNIVERSITARIO CLÍNICO SAN CARLOS

<b>CONSULTAS EXTERNAS TCA</b>	<b>T.2011</b>	<b>T.2010</b>	<b>Var.</b>	<b>V. en %</b>
<b>Consultas TCA adultos</b>				
Primeras	167	50	117	0,70
Sucesivas	639	307	332	0,52
<b>Consultas TCA infanto-juvenil</b>				
Primeras	31	47	-16	-0,52
Sucesivas	94	116	-22	-0,23
Psicoterapia Individual	21	63	-42	-2,00
<b>HOSPITAL DE DÍA TRASTORNOS DE LA PERSONALIDAD Y TCA</b>				
	<b>T.2011</b>	<b>T.2010</b>	<b>Var.</b>	<b>V. en %</b>
<b>Grupo Trastornos de la Conducta Alimentaria</b>				
Número pacientes/media mes	14,5	9	5,5	0,38
Número sesiones/año	89	89	0	0,00
Número asistencias/año	1409	865	544	0,39
<b>Comedor terapéutico</b>				
Número pacientes/media mes	12	2	10	0,83
Número sesiones/año	71	71	0	0,00
Número asistencias/año	189	189	0	0,00

### 1. Programa de Prevención de los Trastornos de la Conducta Alimentaria

El **Programa de Prevención de los Trastornos de la Conducta Alimentaria**, que se inició en 2008, ha continuado con las actividades de formación y capacitación de los profesionales de la red de Atención Primaria.

Durante 2011, se han realizado un total de **10 talleres** dirigidos a **profesionales de Atención Primaria** (médicos de atención primaria, pediatras y enfermería) para la **mejora de las habilidades y competencias** necesarias para realizar una adecuada tarea de prevención. Cada taller, con una duración de 5 horas, ha consistido en describir la sintomatología, principales factores de riesgo, promoción de alimentación saludable, formación para una buena entrevista en TCAs, detección de posibles casos y actualización de los distintos recursos asistenciales para atender estos trastornos.

Además de continuar con las labores de **coordinación con Atención Primaria** para **mejorar el circuito de derivación**, mediante reuniones periódicas, se han desarrollado también, **acciones formativas** específicas, en coordinación con los equipos de Atención Primaria, para poner en marcha el **Programa de Psicoeducación**, diseñado para los **alumnos de Educación Secundaria Obligatoria**. El programa consta de **tres talleres de prevención de factores de riesgo**, directamente relacionados con los trastornos de la conducta alimentaria, divididos en bloques temáticos, seleccionados entre aquellos que han sido identificados como factores de riesgo para el desarrollo de un TCA:

- ✓ Autoestima.
- ✓ Hábitos de alimentación y ejercicio saludables.
- ✓ Visión crítica de la publicidad.

De los **más de 600 adolescentes** que han participado, el **57,5 %** son **varones** y el **42,5%** son **mujeres**. La **edad media** es de **13,7 años**. Un **45%** de los alumnos ya había repetido o estaba repitiendo algún curso en el momento de realizar los talleres.

En lo relativo a los hábitos alimentarios, un **30%** **no desayuna** de manera habitual. Un **55%** reconoce que habitualmente **no toma nada a media mañana**. Un **48%** de los alumnos reconoce **no tener costumbres regulares en su alimentación** diaria. Un **21%** **ha ayunado** alguna vez durante, al menos, **un día completo**.

Casi un **25%** reconoce haber hecho **alguna vez dieta para adelgazar** o la estaban realizando en el momento de realizar los talleres. De ellos, la mayoría, el **55%**, la han realizado o la están realizando **por iniciativa propia** y solo un **24%** **por indicación** de un **profesional** de la salud.

Un **10%** reconoce ser **fumador habitual** y un **18%** **ha probado** alguna vez el tabaco. Un **13%** **bebe alcohol** de forma habitual y un **27%** reconoce haber **probado alguna vez bebidas alcohólicas**.

Un **27.73%** **piensa que** realmente **es un inútil** y un **33%** está de acuerdo “Siento que **no tengo mucho de lo que estar orgulloso** de mí mismo”.

Es también notable la **influencia de la publicidad** en sus gustos y en la manera de comportarse (lo que compran, como se visten...), ya que un **22,86%** reconoce mucha influencia. Un **25,28%** **está preocupado por** la idea de **tener grasa en el cuerpo** y a un **40%** de los alumnos **les aterroriza la idea de engordar**.

## **2. Programa de Intervención en los Trastornos de la Conducta Alimentaria**

La coordinación con Atención Primaria ha conseguido el **diagnostico precoz** en fases incipientes de la enfermedad de **15 pacientes**, generando de esa manera una **mejoría** notable en el **pronóstico** de la enfermedad.

El programa cuenta con una **agenda específica** y la **posibilidad de ingreso** (en la UHB de Psiquiatría) para los pacientes mayores de 18 años, mediante un **enfoque multidisciplinar** (Psiquiatría, Endocrinología, Psicología y Enfermería).

## **3. Programa de Evaluación e Intervención en los Aspectos Psicopatológicos de la Obesidad**

Dentro del programa de atención a los Trastornos del Comportamiento Alimentario, se ha diseñado y puesto en marcha el **Programa de Evaluación e Intervención en los Aspectos Psicopatológicos de la Obesidad**, en coordinación con el Servicio de Endocrinología.

Durante el periodo en curso se han atendido **68 pacientes**.

Dado el éxito inicial del programa, se ha diseñado en coordinación con el Servicio de Endocrinología y Pediatría un **Programa de Atención a la Obesidad Infantil**, que empezará a funcionar en el 2012.

## **HOSPITAL UNIVERSITARIO RAMÓN Y CAJAL**

---

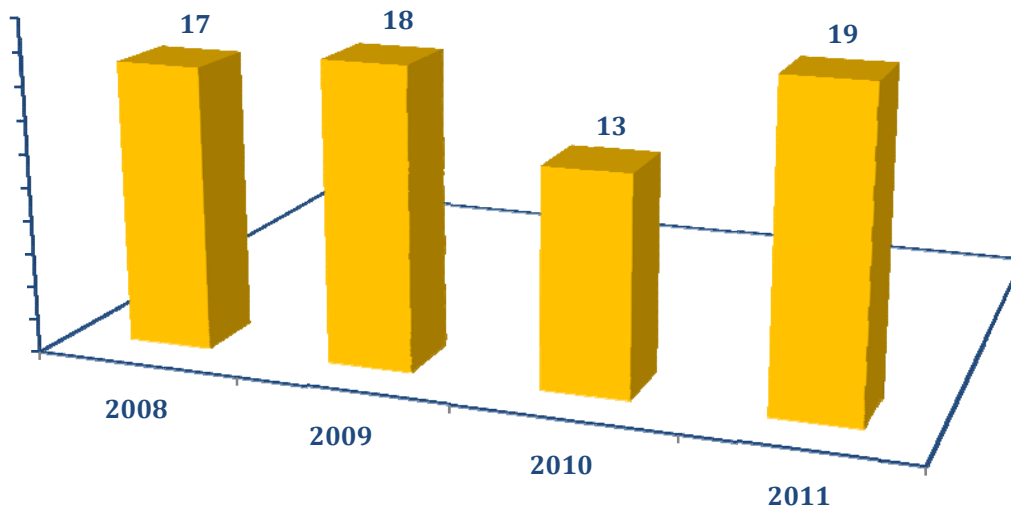
Durante el año 2011 **han estado ingresados** en la Unidad de Hospitalización de Trastornos de la Conducta Alimentaria **23 pacientes** (esta cifra se refiere a pacientes ingresados durante algún periodo de tiempo en 2011, independientemente de que ingresaran en los últimos meses de 2010 o durante de 2011), de las cuales **19** pacientes fueron **ingresos nuevos** y **4** ya habían **ingresado en otra ocasión** en la Unidad.

Considerando **únicamente** los pacientes que ingresaron **a partir de 2011**, excluyendo por tanto a los que estaban ingresados previamente durante algún mes



de 2010, el número de **pacientes ingresados** es de **19**, de los cuales **17** son **ingresos nuevos** y **2** son **reingresos**.

En la comparación de estos datos con los años previos, en cuanto a número de ingresos (17 en 2008; 18 en 2009; 13 en 2010; 19 en 2011) hay un **número más alto de ingresos** y un **número menor de reingresos**.



Además de la **actividad asistencial** con los **pacientes ingresados** (**intervención médica personal, nutricional, grupal, familiar, etc.**), a la unidad han acudido durante el año 2011 **14 pacientes** que habían estado ingresados previamente y que, por diferentes razones, no realizaban un seguimiento adecuado en el lugar desde donde habían sido derivadas, éste era un seguimiento irregular o muy espaciado en el tiempo, y **solicitaban seguir acudiendo a las terapias de grupo y a seguimiento nutricional**.

Estos pacientes reciben, uno o dos días a la semana, y de modo ambulatorio, **intervención grupal** y asisten al **comedor terapéutico** (comen en la unidad, reciben asistencia nutricional e intervenciones dirigidas a la modificación de hábitos alimentarios).

Actualmente, y complementando las estrategias anteriores, dos días a la semana se realizan **Grupos de Terapia** centrada en la **educación y promoción de los autocuidados**, a los que acuden **pacientes** que ya han sido dados **de alta** y que en su lugar de tratamiento no reciben este tipo de terapia.

Todos los días de la semana se desarrolla un **Programa de Terapia Ocupacional** que tiene como **objetivos**:

- ✓ Favorecer la descentralización del cuerpo, contactando con él de manera más saludable y satisfactoria.
- ✓ Fomentar el sentimiento de pertenencia a un grupo (reconocimiento, aceptación...).
- ✓ Abordar posiciones más flexibles frente a actitudes de rigidez y control excesivo.
- ✓ Mejorar la capacidad de frustración.
- ✓ Crear un espacio de reflexión y autoconocimiento (aceptación de limitaciones y reconocimiento de habilidades) a través de actividades grupales.
- ✓ Ayudar a encontrar roles ocupacionales significativos (desarrollo de intereses, competencias).
- ✓ Incrementar la exploración y elección de actividades placenteras de ocio y tiempo libre.
- ✓ Enseñar cómo llevar un equilibrio saludable organizando una rutina integral.
- ✓ Desarrollar habilidades de relación en base a modelos más asertivos.
- ✓ Reconstruir un proyecto de vida significativo y saludable.

Para ello, se realizan las siguientes actividades:

- ✓ **Grupo terapéutico:** técnicas psicodramáticas y de dinámica de grupo.
- ✓ **Actividades expresivas:** verbal, musical, escrita, expresión plástica.
- ✓ **Actividades trabajo corporal:** psicomotricidad, expresión corporal, relajación.
- ✓ **Actividades creativas:** de tipo artesanal.
- ✓ **Actividades lúdicas:** juegos.

Durante 2011 han rotado por la unidad de hospitalización PIR (Psicólogos en formación), que llevaron a cabo intervenciones psicológicas de apoyo.

Finalmente, en el ámbito de la formación de los profesionales sanitarios del Servicio Madrileño de Salud, en el marco del **Plan de Formación Continuada 2011**, se han desarrollado **14 acciones formativas** específicas sobre Trastornos del Comportamiento Alimentario, con un total de **144 horas lectivas**, en las que han participado **247 profesionales**.

Entre ellas, **Trastorno de la Conducta Alimentaria: aspectos de práctica clínica multidisciplinar** o **Detección e intervención precoz en los Trastornos de la Conducta Alimentaria**, en los hospitales Príncipe de Asturias e Infanta Leonor.

En el mes de junio, se celebró el **I Foro Estilo de Vida Saludable**, organizado por profesionales de reconocido prestigio en Endocrinología y Nutrición de los hospitales Gregorio Marañón y Getafe, con el objetivo de promover hábitos saludables, particularmente relacionados con la **alimentación**, entre la población y, de manera especial en la edad infanto-juvenil.

Durante tres días, numerosos expertos participaron en conferencias, coloquios y mesas redondas para hablar con los visitantes de diversos temas y, especialmente, de nutrición, y las **15.000 personas asistentes** pudieron participar en diversas **actividades deportivas**, recetas de cocina en base a la **dieta mediterránea**, **desayunos saludables** o el **túnel de la salud**, donde se llevaron a cabo **estudios antropométricos** y **analíticas**. También hubo espacios para que los más pequeños aprendieran a jugar haciendo deporte o comer sano.

Asimismo, los profesionales del Servicio Madrileño de Salud han participado en otros **cursos, jornadas o congresos**, en los que se han abordado los trastornos alimentarios, entre los que se encuentran:

- ✓ VII Jornadas de Desnutrición Clínica “Trastornos de la Conducta Alimentaria” Hospital Royo Villanova, Zaragoza (marzo 2011).
- ✓ XXXVIII Jornadas Nacionales de Socidrogalcohol “La comida ¿una adicción?” y “Bulimia nerviosa, dopamina y búsqueda de sensaciones: Una visión global” Palacio de Congresos de Madrid (abril 2011).
- ✓ I Jornadas Internacionales de Alimentación y Salud Mental de la Mujer “De la Anorexia a la Obesidad en el siglo XXI” Hospital Universitario Quirón (junio 2011).
- ✓ III edición Curso Trastornos del Comportamiento Alimentario en la primera infancia “Dificultades para la alimentación en niños pequeños” Hospital Universitario Niño Jesús (septiembre 2011).
- ✓ XXX Seminario de Nutrición Clínica “Nutrición y Función Cognitiva” Hospital Universitario Gregorio Marañón (octubre 2011).

- ✓ XV Jornada de Avances en Trastornos de la Alimentación “De la diferenciación sexual al rol de género” Hospital Universitario Niño Jesús (noviembre 2011).

E igualmente, el Servicio Madrileño de Salud y numerosos profesionales de diversos centros, tanto hospitalarios como centros de salud mental, colaboran en el módulo de **“Evaluación e intervención en los trastornos de la Alimentación: Anorexia y Bulimia”** del **Máster** de Psicología Clínica y de la Salud de la **Universidad Camilo José Cela**, así como en el **Máster Universitario en Trastornos del Comportamiento Alimentario** y **Obesidad** de la **Universidad Europea de Madrid**.

En este último caso, con el objetivo de **contribuir a la formación de especialistas en el diagnóstico y tratamiento de los trastornos alimentarios**, hasta un total de **14 profesionales** de distintos dispositivos de la red asistencial de TCA del Servicio Madrileño de Salud forman parte del **claustro docente**, y se han puesto a disposición de la Universidad las unidades de los **hospitales Niño Jesús y Santa Cristina**, para que los futuros especialistas realicen las **prácticas clínicas**.

