



Pacto social contra los

# Trastornos del Comportamiento Alimentario

Memoria 2022



**Comunidad  
de Madrid**

**MEMORIA ANUAL 2022**

Del consejo para el seguimiento  
del pacto social de la Comunidad  
de Madrid contra los **Trastornos  
del Comportamiento  
Alimentario**



Viceconsejería  
de Asistencia Sanitaria  
y Salud Pública

CONSEJERÍA DE SANIDAD

**CONSEJERÍA DE SANIDAD DE LA COMUNIDAD DE MADRID**

**Viceconsejería de Asistencia Sanitaria y Salud Pública**

**Coordina, diseña y edita**

**Viceconsejería de Asistencia Sanitaria y Salud Pública**

**Soporte**

**Archivo electrónico**

**Edición**

**Mayo 2023**

**Publicado en España – Published in Spain**



Esta versión forma parte de la Biblioteca Virtual de la **Comunidad de Madrid** y las condiciones de su distribución y difusión se encuentran amparadas por el marco legal de la misma.



[comunidad.madrid/publicamadrid](http://comunidad.madrid/publicamadrid)

## ÍNDICE

<i>Trastornos del Comportamiento Alimentario.....</i>	<b>3</b>
<i>Pacto Social de la Comunidad de Madrid contra los Trastornos del Comportamiento Alimentario.....</i>	<b>4</b>
<i>Consejo para el Seguimiento del Pacto Social de la Comunidad de Madrid contra los Trastornos del Comportamiento Alimentario.....</i>	<b>6</b>
<i>Seguimiento de actuaciones desarrolladas por las Consejerías de la Comunidad de Madrid .....</i>	<b>15</b>
<i>Área Comercio .....</i>	<b>16</b>
<i>Área Consumo .....</i>	<b>26</b>
<i>Área Deportes.....</i>	<b>28</b>
<i>Área Educación.....</i>	<b>31</b>
<i>Área Infancia y Familia.....</i>	<b>36</b>
<i>Área Juventud.....</i>	<b>53</b>
<i>Área Sanidad.....</i>	<b>56</b>
<i>Salud Pública.....</i>	<b>56</b>
<i>Asistencia Sanitaria.....</i>	<b>64</b>
<i>Atención Primaria.....</i>	<b>66</b>
<i>Atención Hospitalaria.....</i>	<b>68</b>
<i>Hospital Infantil Niño Jesús.....</i>	<b>70</b>
<i>Hospital Clínico San Carlos.....</i>	<b>72</b>
<i>Hospital Infanta Leonor.....</i>	<b>74</b>
<i>Hospital La Paz.....</i>	<b>76</b>
<i>Hospital Gregorio Marañón.....</i>	<b>80</b>
<i>Hospital de Móstoles.....</i>	<b>84</b>
<i>Hospital Ramón y Cajal.....</i>	<b>80</b>
<i>Hospital Santa Cristina.....</i>	<b>93</b>
<i>Centro San Juan de Dios Ciempozuelos.....</i>	<b>101</b>
<i>Comisión de Casos Complejos.....</i>	<b>102</b>
<i>Formación e Investigación.....</i>	<b>103</b>
<i>Nuevas Acciones TCA en el Plan Estratégico de Salud Mental y Adicciones de la Comunidad de Madrid 2022-2024 .....</i>	<b>109</b>
<i>Valoración IMC en pasarelas de moda.....</i>	<b>112</b>

## 1. TRASTORNOS DEL COMPORTAMIENTO ALIMENTARIO

*Los trastornos del Comportamiento Alimentario son un conjunto de alteraciones graves relacionadas con la ingesta de comida, cuyo origen se encuentra en múltiples factores. Es un problema de salud mental que puede llegar a poner en peligro la vida de quien lo sufre, que requiere de apoyo y tratamiento y que es importante prevenir, sobre todo en la población más joven.*

Hablamos de trastornos de la conducta alimentaria (TCA) para referirnos a un conjunto de alteraciones graves relacionadas con la ingesta de alimentos (restricción prolongada de comida, atracones, obsesión por el peso y la imagen corporal, pérdida de peso,...) asociadas a determinadas anomalías psicológicas (elevado nivel de perfeccionismo, impulsividad, baja autoestima, insatisfacción con la imagen corporal, etc.).

Se trata de un problema de salud mental que aparece con más frecuencia en la adolescencia, debido a la mayor vulnerabilidad en esta etapa de la vida, en la que se está formando la identidad y se producen cambios corporales importantes. La incidencia es mayor en mujeres.

Estos trastornos no son únicamente un signo de problemas con la comida, sino que reflejan la manera en que algunas personas afrontan su vida, siendo la ingesta del alimento la única manera en la que pueden ejercer algún control ante situaciones y emociones que no dominan y la forma en que pueden calmar su ansiedad.

Los TCA son trastornos relacionados con la autopercepción y la distorsión de la imagen corporal. Los más frecuentes son la anorexia y la bulimia. Las personas que los padecen muestran una preocupación excesiva por no engordar, a pesar de que su peso sea normal o muy por debajo de lo normal.

Desde hace años se considera los TCA como un fenómeno cuya causa se encuentra en múltiples factores, resultado de la interacción de aspectos psicológicos, familiares, biológicos y socioculturales (entre ellos el “canon de belleza” en la sociedad actual y la presión social por ajustarse a él).

Cada persona tiene una historia particular, una forma de entender la vida, de enfrentarse a los problemas, de resolver los conflictos y, por supuesto, tiene una opinión sobre sí misma que, en ocasiones, puede no ser satisfactoria. La forma y el momento particular en que cada persona vive, siente, asimila o interioriza estas situaciones contribuyen, entre otros factores, a que padezca uno de estos trastornos o no.



## 2. PACTO SOCIAL DE LA COMUNIDAD DE MADRID CONTRA LOS TRASTORNOS DEL COMPORTAMIENTO ALIMENTARIO

El Pacto Social de la Comunidad de Madrid contra los Trastornos del Comportamiento Alimentario, suscrito a principios de 2007, nace de la sensibilidad y la preocupación del Gobierno Regional ante el grave problema que suponen estos desórdenes para quienes los padecen, para sus familiares y su entorno social, con el propósito de coordinar actuaciones y promover compromisos de distintos agentes sociales, dirigidos a fomentar y difundir una imagen saludable.

Para ello, este amplio acuerdo 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, universidades, organizaciones de consumidores, agencias de modelos, creadores de moda, empresas de confección, escuelas de gimnasia, ballet y danza, asociaciones de familias y de padres, sector publicitario, medios de comunicación, Ifema, la Federación Madrileña de Municipios o el Consejo Escolar de la Comunidad.

El Pacto Social de la Comunidad de Madrid contra los Trastornos del Comportamiento Alimentario tiene el objetivo de:

4

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).



5

---

*El Pacto Social contra los Trastornos del Comportamiento Alimentario tiene el propósito de coordinar actuaciones y promover compromisos de distintos agentes sociales, dirigidos a fomentar y difundir prácticas nutricionales, estilos de vida e imagen saludables.*

---



### 3. CONSEJO PARA EL SEGUIMIENTO DEL PACTO SOCIAL DE LA COMUNIDAD DE MADRID CONTRA LOS TRASTORNOS DEL COMPORTAMIENTO ALIMENTARIO

---

El Consejo para el Seguimiento del Pacto Social de la Comunidad de Madrid contra los Trastornos del Comportamiento Alimentario 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 acuerdo.

Se crea por Decreto 11/2007, de 1 de marzo, del Consejo de Gobierno, como órgano colegiado de carácter consultivo y asesor.

Desde entonces, distintos Decretos han ido introduciendo sucesivas modificaciones, fundamentalmente en lo que se refiere a la adaptación de la composición del Consejo a las estructuras orgánicas de las Consejerías de la Comunidad de Madrid.

La última fue mediante el Decreto 99/2016, de 18 de octubre, del Consejo de Gobierno que, además de en su composición, introduce algunos cambios en aspectos organizativos y de funcionamiento, simplificando también la estructura de este órgano, con el principal propósito de hacer más ágil y eficiente su actividad.

De manera que, de acuerdo con lo establecido en esta última norma, el Consejo para el Seguimiento del Pacto Social contra los Trastornos del Comportamiento Alimentario, es un órgano colegiado de carácter consultivo y asesor, adscrito a la Consejería de Sanidad, integrado por el Presidente, que es el titular de la Viceconsejería con competencias en materia de sanidad, el Vicepresidente, que es el titular de la Dirección General con competencia en materia de coordinación de la atención al ciudadano y humanización de la asistencia sanitaria (en la actualidad Viceconsejería de Humanización Sanitaria), el Secretario, que es un funcionario de la Consejería de Sanidad designado por el Presidente, y los siguientes Vocales:

- ✓ Titular de la Dirección General con competencia en materia de comercio y consumo o persona en quien delegue.
- ✓ Titular de la Dirección General con competencia en materia de educación infantil, primaria y secundaria o persona en quien delegue.
- ✓ Titular de la Dirección General con competencia en materia de juventud y deportes o persona en quien delegue.
- ✓ Titular de la Dirección General con competencia en materia de familia y menores o persona en quien delegue.
- ✓ Titular de la Dirección General con competencia en materia de mujer o persona en quien delegue.

- ✓ Titular de la Oficina de Cultura y Turismo o persona en quien delegue (en la actualidad Dirección General con competencia en materia de promoción cultural).
- ✓ Titular de la Dirección General con competencia en materia de salud pública o persona en quien delegue.
- ✓ Titular de la Gerencia Asistencial de Atención Primaria o persona en quien delegue.
- ✓ Titular de la Gerencia Asistencial de Atención Hospitalaria o persona en quien delegue (en la actualidad Gerencia Asistencial de Hospitales).
- ✓ Titular de la Oficina Regional de Coordinación de Salud Mental o persona en quien delegue (en la actualidad Oficina Regional de Coordinación de Salud Mental y Adicciones).
- ✓ 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 implicadas (en las áreas de comercio y consumo, educación, juventud, deportes, familia y menores, mujer, cultura y sanidad).

7

Con la finalidad de permitir la máxima representatividad en este órgano, el Decreto que regula su composición y funcionamiento establece un sistema de representación rotatorio de estas entidades.

Desde el mes de febrero, y en virtud de la Orden 183/2021, de 18 de febrero, del Consejero de Sanidad por la que se procede al cese y nombramiento de vocales no natos, ocupan vocalía en el Consejo:

- ✓ Organización de Consumidores y Usuarios OCU.
- ✓ Asociación Española para el Estudio de los Trastornos del Comportamiento Alimentario.
- ✓ Federación de la Comunidad de Madrid de Asociaciones de Padres y Madres del Alumnado Francisco Giner de los Ríos.

Por acuerdo del Consejo, forma parte también del mismo, como Vocal, el Consejo Escolar de la Comunidad de Madrid y asiste, en este caso en calidad de invitado, la Asociación en Defensa de la Atención a la Anorexia Nerviosa y la Bulimia ADANER.



## I. COMUNIDAD DE MADRID

### B) Autoridades y Personal

#### Consejería de Sanidad

- 11** *ORDEN 183/2021, de 18 de febrero, del Consejero de Sanidad, por la que se procede al cese y nombramiento de Vocales No Natos del 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 para el seguimiento del Pacto Social de la Comunidad de Madrid contra los trastornos del comportamiento alimentario: La anorexia y la bulimia, se crea por Decreto 11/2007, de 1 de marzo, del Consejo de Gobierno, como órgano colegiado de carácter consultivo y asesor, con el objeto del 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.

El apartado 4, letras m) a q), de su artículo 5 determina, respecto a su composición, que tendrán la consideración de Vocales del Consejo, un representante de las entidades, asociaciones e instituciones adheridas al pacto, cuya actuación se desarrolle dentro del ámbito competencial de la Consejería de Economía, Empleo y Hacienda (en el área de comercio y consumo), un representante de las entidades, asociaciones e instituciones adheridas al pacto, cuya actuación se desarrolle dentro del ámbito competencial de la Consejería de Educación, Juventud y Deportes (en el área de educación); un representante de las entidades, asociaciones e instituciones adheridas al pacto, cuya actuación se desarrolle dentro del ámbito competencial de la Consejería de Educación, Juventud y Deportes (en las áreas de juventud y deportes); un representante de las entidades, asociaciones e instituciones adheridas al pacto, cuya actuación se desarrolle dentro del ámbito competencial de la Consejería de Políticas Sociales y Familia (en las áreas de familia y mujer); un representante de las entidades, asociaciones e instituciones adheridas al pacto, cuya actuación se desarrolle dentro del ámbito competencial de la Oficina de Cultura y Turismo (en el área de cultura); y un representante de las entidades, asociaciones e instituciones adheridas al pacto, cuya actuación se desarrolle dentro del ámbito competencial de la Consejería de Sanidad.

El apartado 1 del artículo 6 del citado Decreto, estipula un sistema de representación rotatorio de estas entidades, asociaciones e instituciones, estableciéndose este turno rotatorio en el apartado 2, por orden de fecha de adhesión y, en caso de igualdad de condiciones de adhesión, por sorteo. El nombramiento y cese de estos vocales se realiza por orden del titular de la Consejería de Sanidad, de acuerdo con el apartado 3 de este mismo artículo.

El Consejo para el seguimiento del Pacto Social de la Comunidad de Madrid contra los Trastornos del Comportamiento Alimentario en su sesión celebrada el día 10 de febrero de 2020, propone la renovación y designación de nuevos vocales.

No obstante, no ha sido posible proceder a la sustitución de todos los vocales salientes, al haber manifestado las entidades adheridas al pacto no estar en situación o disposición de nombrar representante en todos los casos.

En virtud de la propuesta del Consejo, y de conformidad con lo previsto en el artículo 41 de la Ley 1/1983, de 13 de diciembre, de Gobierno y Administración de la Comunidad de Madrid, y en el artículo 6 del Decreto 11/2007, de 1 de marzo, por el que se crea el Consejo para el seguimiento del Pacto Social de la Comunidad de Madrid contra los trastornos del comportamiento alimentario: La anorexia y la bulimia, a iniciativa de las entidades, asociaciones e instituciones adheridas al Pacto Social, y a propuesta de las respectivas Consejerías, según su ámbito competencial,

## DISPONGO

**Primero**

Cesar como Vocales del Consejo para el seguimiento del Pacto Social de la Comunidad de Madrid contra los trastornos del comportamiento alimentario: la anorexia y la bulimia, agradeciéndoles los servicios prestados, a:

- Doña María Jesús Martín Fernández, en su condición de Directora de Marca de Trucco, y en representación de las entidades, asociaciones e instituciones adheridas al pacto, cuya actuación se desarrolla dentro del ámbito competencial de la Consejería de Economía, Empleo y Hacienda.
- Doña Enriqueta Román Riechmann, en su condición de Presidente de la Sociedad Española de Gastroenterología, Hepatología y Nutrición Pediátrica, y en representación de las entidades, asociaciones e instituciones adheridas al pacto, cuya actuación se desarrolla dentro del ámbito competencial de la Consejería de Sanidad.
- Doña Gema Vallespín Pascua, en su condición de Gerente de la Fundación para la Danza Víctor Ullate, y en representación de las entidades, asociaciones e instituciones adheridas al pacto, cuya actuación se desarrolla dentro del ámbito competencial de la Oficina de Cultura y Turismo.
- Doña Carmen Gallardo Pino, en su condición de Decana de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Rey Juan Carlos, y en representación de las entidades, asociaciones e instituciones adheridas al pacto, cuya actuación se desarrolla dentro del ámbito competencial de la Consejería de Educación, Juventud y Deporte.
- Doña Paloma Martínez Heras, en su condición de Directora de Gestión de Grupo EXTER, S.A., y en representación de las entidades, asociaciones e instituciones adheridas al pacto, cuya actuación se desarrolla dentro del ámbito competencial de la Consejería de Políticas Sociales y Familia.

**Segundo**

Nombrar Vocales del Consejo para el seguimiento del Pacto Social de la Comunidad de Madrid contra los trastornos del comportamiento alimentario: la anorexia y la bulimia, a:

- Doña Cecilia Callejo Fernández, en su condición de Responsable del Área de Nutrición del Departamento Técnico de Salud y Alimentación de la Organización de Consumidores y Usuarios OCU, y en representación de las entidades, asociaciones e instituciones adheridas al pacto, cuya actuación se desarrolla dentro del ámbito competencial de la Consejería de Economía, Empleo y Competitividad.
- Doña Mar Faya Barrios, en su condición de Vocal de la Asociación Española para el Estudio de los Trastornos del Comportamiento Alimentario, y en representación de las entidades, asociaciones e instituciones adheridas al pacto, cuya actuación se desarrolla dentro del ámbito competencial de la Consejería de Sanidad.
- Doña María Carmen Morillas Vallejo, en su condición de Presidenta de la Federación de la Comunidad de Madrid de Asociaciones de Padres y Madres del Alumnado Francisco Giner de los Ríos y en representación de las entidades, asociaciones e instituciones adheridas al pacto, cuya actuación se desarrolla dentro del ámbito competencial de la Consejería de Educación y Juventud.

**Tercero**

La presente Orden causará efecto desde la fecha de su publicación en el BOLETÍN OFICIAL DE LA COMUNIDAD DE MADRID.

Contra la presente Orden, que pone fin a la vía administrativa, podrá interponerse recurso potestativo de reposición ante el Consejero de Sanidad (artículos 123 y 124 de la

Ley 39/2015, de 1 de octubre, del Procedimiento Administrativo Común de las Administraciones Públicas) en el plazo de un mes a contar desde el día siguiente a su notificación o publicación, o bien directamente recurso contencioso-administrativo en el plazo de dos meses desde el día siguiente a su notificación o publicación, de conformidad en lo establecido en el artículo 46 de la Ley 29/1998, de 13 de julio, Reguladora de la Jurisdicción Contencioso Administrativa. Todo ello, sin perjuicio de poder interponer cualquier otro recurso que estime procedente.

Madrid, a 18 de febrero de 2021.

El Consejero de Sanidad,  
ENRIQUE RUIZ ESCUDERO

(03/7.392/21)

10



Durante 2022, el Consejo ha celebrado dos reuniones, el 6 de julio y el 28 de octubre. En la primera de ellas, se presentó y aprobó la Memoria de Actividad 2021 y se realizó así mismo una presentación sobre el funcionamiento de la Unidad de Trastornos de Comportamiento Alimentario del Hospital Infantil Universitario Niño Jesús, por parte de la Jefa del Servicio de Psiquiatría y Psicología Clínica del citado centro, la Dra. Montserrat Graell, cuyo resumen se recoge a continuación.

**UNIDAD DE TRASTORNOS COMPORTAMIENTO ALIMENTARIO**

1992 2001

Unidad de Trastornos Comportamiento Alimentario en 1992 (Dr. Morandé 1992-2014)  
 Hospitalización en Sección de Medicina del Adolescente y Pediatría: PROTOCOLO  
 Interconsultas con Servicio de Endocrinología y Cardiología  
 Módulos Ambulatorios de Tratamiento: Plan de Vida, Psicoterapia Grupal y Familiar  
 Programa TCA en Hospital de Día Adolescentes en 2000  
 Unidad Interdisciplinar de TCA del Niño Pequeño  
 Inauguración de Unidad de Hospitalización Psiquiátrica del Niño y Adolescente en 2001

**UNIDAD DE TRASTORNOS COMPORTAMIENTO ALIMENTARIO**

2001 2014

Programa TCA del Hospital de Día Adolescentes  
 Tratamiento Ambulatorio Intensivo Familiar  
 Programa Post-Álgebra  
 Programa TCA del Hospital de Día Escolar  
 Módulos Ambulatorios de Tratamiento: Plan de Vida, Psicoterapia Grupal y Familiar  
 Programa de Atención a Hijos de Madres con T.C.A.  
 Programa de Seguimiento Intervencionista  
 Guía de Práctica Clínica para Trastornos de Conducta Alimentaria (2009)  
 Master Universitario en Trastornos Alimentarios y Obesidad con Universidad Europea  
 Formación especializada: MID, PIR, EIR  
 Investigación (Validación cuestionarios: EIASYON, ANABEL, TAIT)  
 Actividades Formación Profesorado

**UNIDAD DE TRASTORNOS COMPORTAMIENTO ALIMENTARIO**

2014 2017

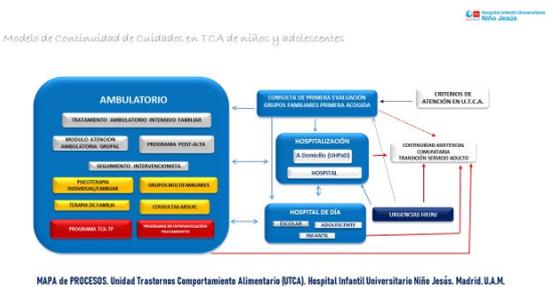
Ampliación Unidad de Hospitalización (14 camas)  
 Programa TCA del Hospital de Día Adolescentes  
 Tratamiento Ambulatorio Intensivo Familiar  
 Programa TCA del Hospital de Día Escolar  
 Módulos Ambulatorios de Tratamiento: Plan de Vida, Psicoterapia Grupal y Familiar  
 Programa de Atención a Hijos de Madres con T.C.A.  
 Docencia Pregrado (UAM) y Master Universitario en Trastornos Alimentarios y Obesidad (UEM)  
 Programa Formación Especializada  
 Proyectos Investigación (ANABEL, ANOAS, ENTREN F) y tesis doctorales  
 Proceso de Implantación de un sistema de Gestión de Calidad (ISO UN-E 9001: 2008)  
 Programa atención integral de TCA (TERIA) del niño de 4-7 años  
 Programa de Hospitalización Domiciliaria (2019 piloto: 2021)

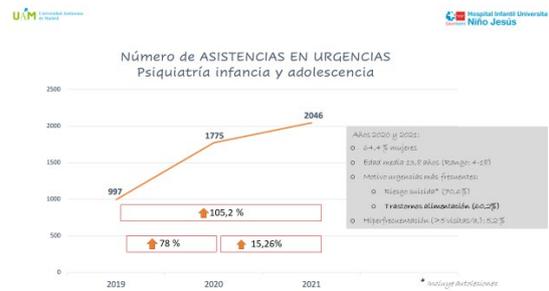
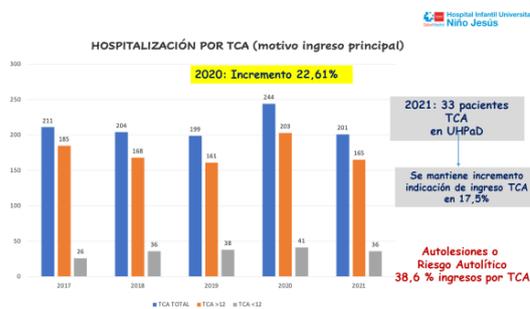
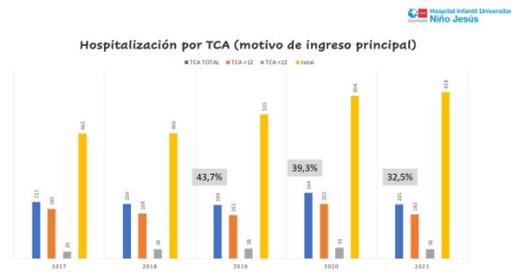
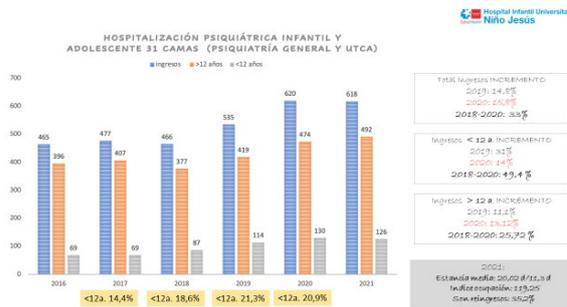
**Modelo asistencial en UTCA Hospital Niño Jesús**

- Modelo INTEGRAL, INTERDISCIPLINAR y con INTERVENCIÓNES ESPECIALIZADAS.
- Niño/adolescente y familia en el centro. Atención TCA grave y compleja
- Atención a las etapas del desarrollo infantil, escolar y adolescentes
- Análisis visión técnica de la naturaleza y abordaje de los TCA
  - Intervención farmacológica en casos severos
  - Intervención dietética y conductual
  - Intervención psicológica y familiar
  - Intervención psiquiátrica
- Establecer RELACIÓN TERAPÉUTICA POTENTE con el niño/a y adolescente y la familia
- Diagnóstico precoz e intervención médico-nutricional-psicoterapéutica temprana
- Modelo de Continuidad de cuidados
- PARTICIPACIÓN DE LOS PADRES NECESARIA-Modelo 4C

Cooperación, Colaboración, Competencia, Crecimiento (Auto Cuidado)

[Morandé, Graell y Blanco 2004]





La **PANDEMIA** es una potente combinación de ESTRESORES SANITARIOS, SOCIALES (AISLAMIENTO) Y DE RECESIÓN ECONÓMICA que impacta negativamente en la salud mental de los niños y adolescentes y puede precipitar o agravar problemas mentales previos.

(Grossman et al 2020; Mihaljević-Petrović et al 2020; Wang et al 2019)

En niños/adolescentes vulnerables una combinación de:

- **Incremento de FACTORES DE RIESGO:**
  - Aislamiento/restricción social
  - Alteración de las rutinas diarias
  - Modificación de las actividades físicas y horarios de sueño
  - Emociones negativas, miedo e incertidumbre
  - Exposición a noticias y redes con contenidos pandémica
- **Disminución de FACTORES DE PROTECCIÓN:**
  - Menor apoyo social del grupo de pares y familia
  - Dificultades en la regulación emocional a través de otros y de actividades
  - Dificultad de acceso a intervenciones clínicas terapéuticas

PUEDEN JUSTIFICAR EL INCREMENTO DE RIESGO DE APARICIÓN DE NUEVOS CASOS DE TCA

(Rodríguez et al 2020)



Cooper et al 2020; Graell et al 2020



### Niños/adolescentes con TCA

Durante el confinamiento se ha observado empeoramiento de los síntomas alimentarios y emocionales (ansiedad, depresión, autolesiones y riesgo de suicidio) especialmente en los pacientes con formas más graves de la enfermedad

### Familias de personas con TCA

Muestran signos de fatiga, distress en su parentalidad y acomodación sintomática

### Dificultades de accesibilidad sanitaria

(Graell et al 2020; Walsh & McNicholas 2020)

### Adaptaciones del tratamiento TCA durante la pandemia

Adaptar las **INDICACIONES MÉDICO- CONDUCTUALES DEL PLAN DE VIDA**, teniendo en cuenta que es poco factible realizar ejercicio fuera de casa, hay menos posibilidad de practicar comidas fuera de casa o de actividades sociales que funcionen como alternativas a los pensamientos anoréxicos.

Los niños/adolescentes con TCA acceden a **más información evocadora acerca de comida y cuerpo en redes sociales** que pueden empeorar las alteraciones de la ingesta (más restricción o más atracones) y la insatisfacción con la imagen corporal.

### Adaptaciones del tratamiento TCA durante la pandemia

Se diseñó un **PROCEDIMIENTO DE TELETERAPIA COMBINADA PARA TCA** de niños/adolescentes, con consultas con **TELETERAPIA SÍNCRONA Y PRESENCIALES** según indicación clínica, que incluía:

- Información de las condiciones técnicas
- Indicaciones para el tratamiento
- Contrato terapéutico
- Definición de la evaluación física y monitorización del peso
- Plan de emergencia médica o psiquiátrica
- Alternativas en caso de discontinuidad.

**Individual, grupal y familiar**

Lo posible **BRECHA DIGITAL DE LAS FAMILIAS** fue valorado en la evaluación del procedimiento ofreciendo la alternativa satisfactoria para cada familia.

(Graell et al 2020)

### Adaptaciones del tratamiento TCA durante la pandemia

- Los **ADOLESCENTES DE HOSPITAL DE DÍA** fueron un reto de tratamiento y aunque acudieron con más frecuencia que los de tratamiento ambulatorio a consultas presenciales, **PRESENTARON CONDUCTAS DE RIESGO GRAVES COMO AUTOLESIONES Y CONDUCTAS SUICIDAS** que requirieron ingreso mostrando **ELEVADA INESTABILIDAD EMOCIONAL E IMPULSIVIDAD**.
- Consideramos que **FUE UN ACIERTO MANTENER EL PROGRAMA DE INGRESO** (adaptado a las medidas de prevención de la infección) dado que en este periodo la necesidad de hospitalización fue similar al mismo periodo del año anterior pero con pacientes con mayor riesgo de suicidio y trastorno depresivo asociado al TCA

(Graell et al 2020)

### IMPACTO de la pandemia por COVID-19 en niños/adolescentes con TCA

Received 10 June 2020 | Revised 22 June 2020 | Accepted 22 June 2020

DOI: 10.1111/eip.12596

BRIEF REPORT

WILEY

Children and adolescents with eating disorders during COVID-19 confinement: Difficulties and future challenges

Montserrat Graell | M. Goretti Morón-Nicolada | Ricardo Camarero | Angel Villaseñor | Silvia Yáñez | Rodrigo Muñoz | Beatriz Martínez-Núñez | Carolina Migueluez-Fernández | María Muñoz | Mar Faya

Resultados:

- Mas de **40% de pacientes** experimentan reactivación de síntomas alimentarios y generales
- Pacientes más graves (hospital de día) precisan más visitas y más hospitalizaciones
- Implementación programa de **Telemedicina** permite continuidad tratamiento
- Hospitalizaciones: **más riesgo suicida y comorbilidad efectiva e impulsividad**
- Factores asociados: **INTOLERANCIA INCERTIDUMBRE Y MIEDO A PERDER EL CONTROL**



La reunión del mes de octubre se convoca con carácter extraordinario, con motivo de la presentación en el Consejo, como foro técnico y marco natural para plantear y llevar a cabo un abordaje integral e intersectorial, de una propuesta de campaña de prevención de los trastornos del comportamiento alimentario en adolescentes.

Esta campaña se enmarca dentro de la prioridad que supone para el Gobierno regional profundizar en acciones en el ámbito de los trastornos alimentarios, con el propósito de que estas acciones sean estables en el tiempo e impliquen a todas las Consejerías.

La propuesta se plantea para dar respuesta a la necesidad de un abordaje preventivo en el contexto de incremento de la demanda de atención a pacientes con alteraciones del comportamiento alimentario a raíz de la pandemia. Con objeto de hacer un planteamiento basado en la evidencia científica, la Consejería de Sanidad se ha apoyado en expertos con el mayor conocimiento, solicitando el diseño de la iniciativa a profesiones de la Unidad de Trastornos del Comportamiento Alimentario del Hospital Infantil Universitario Niño Jesús (concretamente las Dras. Mar Faya y Montserrat Graell, Jefe de Sección y Jefe de Servicio de Psiquiatría y Psicología Clínica respectivamente).

El diseño técnico de la propuesta elaborada por las expertas se concreta en un proyecto de prevención primaria, que implica a todos los agentes sociales: sanitarios, educativos, sociales, familia, medios de comunicación y gestores institucionales.

Se trata de una campaña de prevención, dirigida a adolescentes de 1º y 2º de la ESO de entre 11 y 14 años (y a sus padres y profesores), de una selección de colegios representativos de la Comunidad de Madrid, con el objetivo de contribuir a mejorar su bienestar físico y mental, ayudándoles a conformar un autoconcepto saludable y resistente a la presión social, tanto en el mundo real como en los medios de comunicación y en las redes sociales.

Para ello, se proponen sesiones grupales dinámicas, participativas e interactivas, en horario escolar, además de folletos con información clave para llevar a casa, con intervenciones en el aula y con los padres y profesores.

El modelo prevé igualmente una evaluación con indicadores, antes y después de la intervención de prevención, así como la realización de sesiones posteriores de refuerzo.

---

*El Consejo para el seguimiento del Pacto Social es un órgano colegiado de carácter consultivo y asesor que tiene como objeto el seguimiento de la ejecución de las medidas y compromisos previstos en el Pacto, la evaluación de los resultados obtenidos y la formulación de propuestas que permitan avanzar en sus objetivos.*

---



## 4. SEGUIMIENTO DE ACTUACIONES



## 4.1. ÁREA COMERCIO

---

La importancia de la correcta alimentación como medio para conseguir la promoción de la salud está fuera de toda duda. Los hábitos alimentarios de la sociedad española se están alejando de la llamada dieta mediterránea y los nuevos estilos de vida, así como la fuerza de los medios de comunicación con la publicidad como instrumento de promoción de estereotipos y conductas socialmente aceptables, obliga a plantearse nuevas estrategias de modificación de hábitos que van más allá de la difusión de conocimientos para conducir al estímulo de actitudes positivas hacia la salud y al desarrollo de comportamientos saludables.

La promoción de la salud representa un proceso que comprende lo social y lo político, y no solamente abarca acciones dirigidas al fortalecimiento de habilidades y capacidades individuales, sino también las acciones dirigidas hacia los cambios sociales, ambientales y las condiciones económicas, así como a suavizar sus impactos sobre la salud pública e individual.

En este empeño de promocionar la salud, tanto el gobierno regional como el sector comercial de la Comunidad de Madrid han implementado acciones que incluyen oportunidades de aprendizaje, e implican algunas formas de comunicación destinadas a la puesta en valor de artículos y hábitos cuyo consumo conducen a la salud individual y colectiva.

La filosofía que subyace en cada una de estas acciones, además de la dinamización de la actividad comercial, es la puesta en valor y la difusión de los productos artesanos y saludables para la formación de los hábitos alimentarios.

La promoción de una alimentación saludable se realiza desde la estructura institucional autonómica, en colaboración con la administración local y el sector comercial, dando a conocer, a través de las campañas y programas detallados en la presente memoria, el origen, propiedades, método de producción y puntos de comercialización de productos y artículos considerados saludables, es decir, aquellos que al consumirlos tienen efectos positivos sobre el organismo y conllevan a una dieta equilibrada.

Partiendo de estas premisas, la Consejería de Economía, Hacienda y Empleo, a través de la Dirección General de Comercio y Consumo y, concretamente desde el Área de Comercio, a lo largo del ejercicio 2022, implementó directamente y, en colaboración con otros agentes públicos y privados, las acciones promocionales que se describen a continuación.

### **AYUDAS A ASOCIACIONES DE COMERCIANTES PARA EL DESARROLLO DE ACTIVIDADES DE PROMOCIÓN COMERCIAL Y DE PROYECTOS PARA LA DIGITALIZACIÓN DEL COMERCIO MINORISTA**

Desde la Consejería de Economía, Hacienda y Empleo se ha considerado conveniente impulsar actuaciones directamente vinculadas a la dinamización comercial, con el objetivo fundamental de

potenciar las ventas y de facilitar el desarrollo empresarial, apoyando la generación de actividad y contribuyendo al mantenimiento de la ya existente. Actuaciones que se traducen en una serie de instrumentos encaminados a revitalizar la actividad comercial de la región, así como a revalorizar los establecimientos comerciales de proximidad y sus productos.

La necesidad que ha experimentado el sector comercial de afrontar situaciones críticas ha puesto de manifiesto la necesidad de prepararlo para combinar las bondades de la venta presencial, con las innegables ventajas de competir más globalmente, a través de la incorporación de procesos de digitalización en sus promociones, acciones de venta y también en su gestión empresarial.

De esta forma, con el apoyo directo a la digitalización e incorporación del comercio minorista de la región a los procesos que integran tecnología de información y comunicación, se contribuye a la mayor competitividad del comercio, facilitándole el acceso a un mercado cada vez más global y exigente, acorde con las nuevas demandas de clientes y consumidores.

A través de estas **herramientas tecnológicas**, se promocionan los productos alimentarios saludables, igualmente permiten implementar diferentes estrategias mediante el “**marketing saludable**” para fomentar las **prácticas alimentarias** y así favorecer su imagen.

El marketing saludable se ha convertido en tendencia porque la **digitalización** ha conseguido **modificar** los **hábitos de compra** del consumidor, y las empresas se encargan de promocionar **productos y hábitos saludables** contando con herramientas SEO (Search Engine Optimization - optimización para motores de búsqueda) para aumentar sus ventas y darse a conocer de forma rápida, económica y sencilla.

La venta por internet ya está integrada en el presente como algo seguro, así como los canales de redes sociales y la colaboración de *influencers*. Estas personas, con conocimientos de informática y desparpajo innato, se dedican a grabar vídeos promocionando ciertos productos ofrecidos por las marcas y valorando su calidad y salubridad.

Aportan consejos y técnicas para modificar los hábitos alimenticios en el día a día y convertirlos en saludables, de la misma forma que la misma alimentación. Los profesionales de nutrición son los que más confianza transmiten en sus discursos y su forma de enseñar a comer sano, por eso las empresas apuestan por ellos.

En este contexto, se publica, con fecha 13 de mayo de 2022, el extracto de la Orden de 29 de abril de 2022, del Consejero de Economía, Hacienda y Empleo, dirigida a Asociaciones, Federaciones y Confederaciones de Comerciantes para el desarrollo de acciones de promoción comercial y de proyectos para la digitalización del comercio minorista.

Entre los proyectos beneficiados se encuentran, entre otras, las siguientes acciones:

- ✓ Campaña de digitalización y promoción realizada por LA ÚNICA, Asociación Madrileña de Empresarios de Alimentación y Distribución.



- ✓ Facilitar la incorporación de las nuevas herramientas en los comercios para adaptarse a los nuevos hábitos de consumo y mejorar la competitividad del sector, realizado por la FEDERACIÓN MADRILEÑA DE DETALLISTAS DE LA CARNE (CARNIMAD).
- ✓ Promover el consumo en el Comercio Minorista de Productos Pesqueros y Acuícolas, y ofrecer una imagen actualizada y modernizada del sector, a través de la digitalización y venta on line de la pescadería, para ofrecer más y mejor servicio a los consumidores, a cargo de la ASOCIACIÓN DE EMPRESARIOS DETALLISTAS DE PESCADOS Y PRODUCTOS CONGELADOS DE LA COMUNIDAD DE MADRID (ADEPESCA).
- ✓ Desarrollo de campaña on y off line del mercado, *landing page*, *merchandising*, videos promocionales de los comercios del MERCADO DE ANTÓN MARTÍN.
- ✓ Desarrollo de diversas campañas de promoción ligadas a productos típicos y desarrollo y mantenimiento de la web asociativa de la ASOCIACIÓN DE EMPRESARIOS ARTESANOS DEL SECTOR DE LA PASTELERÍA DE MADRID (ASEMPAS).
- ✓ Potenciar la digitalización de todos los comercios del Mercado, reforzar su visibilidad en internet y consolidar la venta on line con entrega a domicilio o recogida en el mercado, de los productos del MERCADO DE VILLAVERDE ALTO.
- ✓ Potenciar la digitalización de todos los comercios del Mercado y reforzar su visibilidad en internet, para consolidar la venta on line del MERCADO DE LAS ÁGUILAS.
- ✓ Integración en un *market place* a todos los comerciantes del Mercado de Prosperidad, mantenimiento y actualización de su página web con los microsites de los comercios y el asesoramiento general en esta materia en el MERCADO DE PROSPERIDAD.
- ✓ Consolidar la digitalización de todos los comerciantes del MERCADO DE CHAMBERÍ.
- ✓ Incrementar las ventas del pequeño comercio del Mercado, tanto presencial como on line, ofreciendo su distribución o reparto, y aumentar la asistencia presencial del cliente, fidelizándole a través de acciones de promoción y de difusión en redes sociales del MERCADO DE LA PAZ.
- ✓ Aumentar las ventas on line dirigiendo tráfico a la web/Marketplace e incrementar el tráfico al Mercado con presencia física en el MERCADO DE IBIZA.
- ✓ Aumentar las ventas on line dirigiendo tráfico a la web y/o Marketplace, atraer a nuevos clientes e incrementar el tráfico al Mercado con presencia física del MERCADO DE BARCELÓ.

### CONVENIO DE COLABORACIÓN PARA LA ASISTENCIA TÉCNICA EN MATERIA DE ORDENACIÓN, PROMOCIÓN Y FOMENTO DE LA ACTIVIDAD COMERCIAL

Tras la implementación del Programa “Diagnóstico global del pequeño comercio minorista de la Comunidad de Madrid”, se tuvieron en cuenta las propuestas y recomendaciones de los resultados de los informes de seguimiento de los comercios integrantes del Programa, detectándose una



serie de puntos críticos y/o desfavorables en los puntos de venta de los sectores de referencia, que minoran la competitividad del comercio, poniéndose de manifiesto carencias en materia de ordenación, promoción y fomento de la actividad comercial.

Por su carácter global, también se consideraron los datos y análisis de situación del sector recogidos en las memorias e informes remitidos por las Asociaciones, Federaciones y Confederaciones de Comerciantes en el marco de la actividad de fomento.

Respecto a la problemática global del colectivo del pequeño comercio independiente de proximidad de producto perecedero (alimentación), de acuerdo a las manifestaciones de los propios comercios participantes, se centra en cómo afrontar la competencia de otros formatos comerciales. Así, se pone de manifiesto un gran desconocimiento en las herramientas y técnicas de promoción y comercialización existentes en el mercado para atraer a los consumidores.

Uno de los mayores problemas con los que se enfrentan estos sectores para su subsistencia y profesionalización, y de acuerdo con lo que manifiestan los comercios participantes, es la proliferación de competencia desleal que vende alimentación en comercios sin la exigible especialización.

En cuanto a la normativa legal, es necesario recalcar que una buena parte de las empresas de comercio de los sectores señalados desconocen la normativa que rige en materia comercial, de obligado cumplimiento de cara al consumidor.

Por otra parte, en los pequeños comercios tradicionales e independientes de proximidad de producto perecedero, el nivel de innovación tecnológica es medio. Respecto al uso de las tecnologías de la información y la comunicación, no saben cómo plantearse la utilización y orientación aplicada al pequeño comercio tradicional, pues el e-commerce, en la mayor parte de los puntos de venta, no tiene viabilidad práctica alguna si no se gestiona dentro de una estrategia de posicionamiento disruptiva en el entorno de la alimentación.

En cumplimiento de lo anteriormente expuesto, a los comercios de proximidad de los sectores descritos se les proporciona conocimientos y recomendaciones en materia de ordenación, promoción y fomento para que mejoren su nivel de preparación técnica para poder gestionar sus comercios.

A través de la asistencia técnica se realiza, a su vez, una investigación de mercado, dirigida a generar información válida que les permita mejorar su nivel de desarrollo comercial.

El instrumento utilizado es un **Convenio de Colaboración** para el año 2022, firmado el 25 de marzo de 2022, que, en materia de **alimentación**, se realiza con las siguientes asociaciones de comerciantes:

- Federación Madrileña de Detallistas de la Carne (CARNIMAD).



- Asociación de Empresarios Detallistas de Frutas y Hortalizas de la Comunidad de Madrid (ADEFRUTAS).
- Asociación de Empresarios Detallistas de Pescados y Productos Congelados de la Comunidad de Madrid (ADEPESCA).
- Asociación de Empresarios Artesanos del Sector de Pastelería de Madrid (ASEMPAS).
- Federación de Comercio Agrupado y Mercados de la Comunidad de Madrid (COCAM).
- Asociación Sindical de Detallistas de Huevos, Aves y Caza (ASDHAC).
- Asociación Madrileña de Empresarios de Aumentación y Distribución (LA ÚNICA).

### ACCIONES DE LAS ASOCIACIONES DEL SECTOR

Como en años anteriores, las asociaciones y empresas del sector también han llevado a cabo sus propias acciones encaminadas a promover hábitos de vida saludables.

#### ASOCIACIÓN EMPRESARIAL DEL COMERCIO TEXTIL, COMPLEMENTOS Y PIEL (ACOTEX)

En el sector textil, ACOTEX continúa la labor de años anteriores por la **estandarización** de **tallas** entre los diferentes fabricantes para, en la medida de lo posible, que una talla 40 sea la misma para los diferentes fabricantes, así como establecer un tallaje mínimo en cuanto al diseño de los maniquís, donde se guarden y se observen facciones saludables, tanto en los maniquís como en las modelos, exigiéndoles un **tallaje** mínimo **saludable**.

20

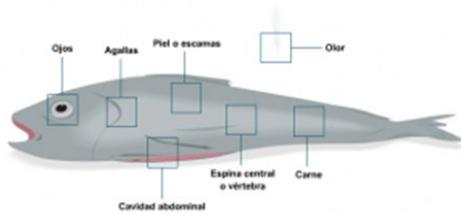
#### ASOCIACIÓN DE EMPRESARIOS DETALLISTAS DE PESCADOS Y PRODUCTOS CONGELADOS DE LA COMUNIDAD DE MADRID (ADEPESCA)

- ✓ Realización de diversas actividades de digitalización de los negocios de pescaderías, con la puesta en marcha de un *marketplace* exclusivo de pescaderías “La Pescadería Artesanal”, la digitalización de más de 40 pescaderías madrileñas y la elaboración de una guía con pautas sencillas para digitalizar las pescaderías, **fomentando** el **consumo** de **pescado**, sobre todo entre la población más joven. Este *marketplace* se está realizando a nivel nacional, digitalizando pescaderías, además de Madrid, de Castilla y León, Aragón y Región de Murcia.
- ✓ Actividades diversas para la promoción de los productos pesqueros, realizando degustaciones en pescaderías, actividades en ferias, realización de sorteos de productos pesqueros en redes sociales y actividades dirigidas al consumidor final.
- ✓ Facebook COMEPESCADO, dirigido a consumidores, donde se comparten contenidos de especial interés, así como recetas, recordando las bondades de los **productos pesqueros** y **acuícolas** e intentando **fomentar** el **consumo**.



- ✓ Blog COMEPESCADO, en el que se comparten contenidos de especial interés para los consumidores, en los que se recuerdan las bondades de los productos pesqueros y acuícolas y se intenta fomentar el consumo (<http://www.comepescado.com/blog/>).

#### ¿EN QUÉ DEBO FIJARME CUANDO VOY A COMPRAR PESCADO?



Debemos fijarnos en el brillo, limpieza y firmeza del cuerpo, y en la viveza y transparencia del ojo. A medida que el pescado se deteriora, el ojo pierde transparencia, se va nublando y hundiendo en la cavidad ocular. La rojez de las agallas puede ser un buen parámetro en muchos casos. Cuanto más rojas, más fresco.

#### ASOCIACIÓN DE CARNICEROS Y CHARCUTEROS DE MADRID (CARNIMAD)

La asociación de Carniceros y Charcuteros de Madrid ha seguido impulsando campañas para favorecer el consumo saludable:

- ✓ Participación en la Semana de la Carne. La feria internacional más consolidada de la Industria Cárnica, Meat Attraction, coincidió con la Semana de la Carne, una campaña nacional orientada a concienciar, informar y sensibilizar sobre los valores y **propiedades nutricionales** de dicho producto bajo el mensaje #LaEnergíaDeCadaDía.

Carnimad y Educarme, junto con otras asociaciones del sector, colaboraron en esta campaña, del 7 al 13 de marzo, para ofrecer al público y a los profesionales del comercio de la carne y sus derivados un programa con múltiples eventos de enorme interés para el sector. La campaña incluía un cartel que recordaba que la carne es un **alimento imprescindible** para garantizar la **salud** y el **bienestar** (mejora el desarrollo cognitivo, refuerza el sistema inmunológico y combate el envejecimiento), así como una excelente aportación de energía y sabores para nuestra dieta.



A través de la página web [www.carnimad.es](http://www.carnimad.es) se facilitó a los profesionales de la carnicería, charcutería, pollería y casquería especializadas, la descarga de dicho cartel para colocarlo en sus establecimientos.

- ✓ Celebración del Día Mundial de la Alimentación. El 14 de octubre se celebró el Día Mundial de la Alimentación, una fecha idónea para recordar la importancia de seguir una **dieta sana, variada y equilibrada**, en la que tengan cabida todo tipo de alimentos, también la carne.



Por este motivo, desde Educarme se quiso poner en valor este alimento y explicar por qué es conveniente incluirlo en nuestra dieta, dados los numerosos beneficios que aporta a la salud, y por qué forma parte de la dieta mediterránea: sana, variada y equilibrada. También se recordó la importancia de comprar carnes de calidad, ya que es uno de los puntos fundamentales a la hora de valorar el resultado de un producto.

Esta iniciativa se realizó a través de medios on line y redes sociales:

<https://educarne.es/dieta-sana-y-equilibrada/>

<https://www.instagram.com/p/CjxTzVysGmD/>

[https://m.facebook.com/story.php?story\\_fbid=pfbid0S9GAPf1JYnyDuVz2yGdY36HhsHmf2m69ystCc8wQ5hwRgZeSxU78XPxjXCpoRZfRI&id=100063485953041&sfnsn=scwspmo](https://m.facebook.com/story.php?story_fbid=pfbid0S9GAPf1JYnyDuVz2yGdY36HhsHmf2m69ystCc8wQ5hwRgZeSxU78XPxjXCpoRZfRI&id=100063485953041&sfnsn=scwspmo)

- ✓ Campaña de donación de productos cárnicos y derivados en colaboración con Banco de Alimentos de Madrid. CARNIMAD organizó, en colaboración con la Fundación Banco de Alimentos de Madrid, una campaña solidaria destinada a que los establecimientos detallistas del sector minorista especializado pudieran donar productos cárnicos y sus derivados con motivo de las fiestas navideñas.

La convocatoria tuvo lugar entre los días 13 y 16 de diciembre en las naves de la FBAM en Mercamadrid, bajo el lema “Esta Navidad, que todas las familias puedan disfrutar de la carne”.

Se trata de la primera vez que se impulsa una campaña de donación de estas características, solidarizándose así los profesionales del sector detallista de la carne con aquellas personas en situación de **vulnerabilidad social** que ven limitado su acceso diario a una dieta saludable, variada y equilibrada.



Gracias a esta campaña, las entidades beneficiarias que reciben gratuitamente los alimentos que recoge la Fundación Banco de Alimentos de Madrid tuvieron la oportunidad de entregar a las familias con escasos recursos económicos un producto de calidad y **alto valor nutricional** para su menú de Navidad.

- ✓ Campaña digital **Mensajes Saludables**. A lo largo del año se han difundido, a través de las redes sociales de Educarme y medios on line (web y newsletter), distintivos mensajes sobre los beneficios que aporta la carne para la salud, dando a conocer aquellos aspectos que pueden pasar más desapercibidos o ignorados por los consumidores. A través de secciones como Carniconsejos o Sabías qué...? se ha dado a conocer la importancia que tienen los diferentes tipos de carne a la hora de cubrir las



ingestas recomendadas en determinadas situaciones fisiológicas y etapas de la vida, como es el caso de los niños o las embarazadas.

La carne, una gran aliada durante el embarazo (abril):

<https://educarne.es/la-carne-una-gran-aliada-durante-el-embarazo/>

Día Europeo contra la Obesidad (mayo):

<https://www.instagram.com/p/Cd0b4XBt54B/>

[https://m.facebook.com/story.php?story\\_fbid=pfbid0smikJw4ekGcd4KJJc1H23XPNXUGRwR6WpZFz85qHCCpyzgZKqapiRpeLKn4A1pJdl&id=100063485953041&sfnsn=scwspwa](https://m.facebook.com/story.php?story_fbid=pfbid0smikJw4ekGcd4KJJc1H23XPNXUGRwR6WpZFz85qHCCpyzgZKqapiRpeLKn4A1pJdl&id=100063485953041&sfnsn=scwspwa)

Mito sobre la carne: La carne de cerdo es alta en grasas. FALSO (junio):

<https://www.instagram.com/p/Ce8iOFTNfLW/>

<https://www.facebook.com/photo/?fbid=449610527165142&set=a.398798558913006>

La carne de pollo es rica en vitamina B6 (junio):

[https://www.instagram.com/p/Cf09\\_BDNKG3/](https://www.instagram.com/p/Cf09_BDNKG3/)

[https://m.facebook.com/story.php?story\\_fbid=pfbid02KBjHTaMtnrwx7XLALpCLToWGoSkYaBhyWJUNciftGzYsDbffiwHbToTydJXJXwbQl&id=100063485953041&sfnsn=scwspwa](https://m.facebook.com/story.php?story_fbid=pfbid02KBjHTaMtnrwx7XLALpCLToWGoSkYaBhyWJUNciftGzYsDbffiwHbToTydJXJXwbQl&id=100063485953041&sfnsn=scwspwa)

Platos con carne y fruta de temporada, la combinación perfecta (agosto):

<https://educarne.es/platos-con-carne-y-fruta-de-temporada-la-combinacion-perfecta/>

La sobrasada ayuda a regular los niveles de colesterol (agosto):

<https://www.instagram.com/p/ChCZRk8sk1u/>

[https://m.facebook.com/story.php?story\\_fbid=pfbid0gN8FHAsxgmBvjfhNs5dwhFbC7Q988AecMT8uAbMyM9tuEjVbUTfyk2bWpbHRMJktl&id=100063485953041&sfnsn=scwspwa](https://m.facebook.com/story.php?story_fbid=pfbid0gN8FHAsxgmBvjfhNs5dwhFbC7Q988AecMT8uAbMyM9tuEjVbUTfyk2bWpbHRMJktl&id=100063485953041&sfnsn=scwspwa)

Mitos sobre la carne: la carne no es fácil de digerir. FALSO (agosto):

<https://www.instagram.com/p/ChHlJwINuaT/>

[https://m.facebook.com/story.php?story\\_fbid=pfbid03kKKstYngaQyCJbUESqXRKPCyRPZzMYg4hxAdYm1NAa5PcF7DqvUCj2UoeEuung9l&id=100063485953041&sfnsn=scwspwa](https://m.facebook.com/story.php?story_fbid=pfbid03kKKstYngaQyCJbUESqXRKPCyRPZzMYg4hxAdYm1NAa5PcF7DqvUCj2UoeEuung9l&id=100063485953041&sfnsn=scwspwa)

Mitos sobre la carne: las grasas vegetales son siempre más saludables que las grasas animales. FALSO (agosto):

<https://www.instagram.com/p/Ch14DMhMoqB/>

[https://m.facebook.com/story.php?story\\_fbid=pfbid021GNosYuffD2eyFiZK3TrmF9YU8HbwxQxaraKB3qyaaypGxh9nrC7Tkoz7iEyLA3zl&id=100063485953041&sfnsn=scwspwa](https://m.facebook.com/story.php?story_fbid=pfbid021GNosYuffD2eyFiZK3TrmF9YU8HbwxQxaraKB3qyaaypGxh9nrC7Tkoz7iEyLA3zl&id=100063485953041&sfnsn=scwspwa)

Consumir casquería puede dar energía (septiembre):

<https://www.instagram.com/p/Ch9mY9csf0S/>

<https://www.facebook.com/photo/?fbid=505644531561741&set=a.398798558913006>

Cuáles son las mejores carnes para los niños (octubre/noviembre):

<https://educarne.es/cuales-son-las-mejores-piezas-de-carne-para-los-ninos/>

Se recomiendan entre 3-4 raciones de carne magra a la semana (diciembre):

<https://www.instagram.com/p/CmM0uf4sCWA/>

<https://www.facebook.com/photo/?fbid=599610762165117&set=a.398798558913006>

- ✓ Participación en la **Semana de la Salud** en Boadilla. El 7 de abril tuvo lugar el webinar de la ponencia “La carne -también la roja- en una dieta equilibrada”, como parte de las actividades programadas en la Semana de la Salud organizadas por el Ayuntamiento de Boadilla del Monte.



La acción estuvo acompañada de su correspondiente difusión en redes

<https://www.instagram.com/p/Cb-aPJHDCxa/>

## SUPERMEDADOS EROSKI

Comprometidos desde hace años en **fomentar** una **alimentación saludable** entre la población, han continuado publicando artículos y promoviendo actividades en este ámbito. Se recogen a continuación algunos de los contenidos publicados sus canales digitales:

<https://www.consumer.es/seguridad-alimentaria/biotoxinas-marinas.html>

<https://www.consumer.es/seguridad-alimentaria/formas-de-congelar-pescado-y-marisco.html>

<https://www.consumer.es/seguridad-alimentaria/nuevos-alimentos-que-son-procedencia-autorizacion.html>

<https://www.consumer.es/seguridad-alimentaria/ventajas-desventajas-carne-laboratorio>

<https://www.consumer.es/seguridad-alimentaria/sabor-proteina-de-hongo>

Estos contenidos parten de las diferentes campañas que han ido poniendo en marcha durante todo el año.

Además, han trabajado en un plan de contenidos de continuidad bajo el *hashtag* **#alimentoaloquepiensas** con el objetivo de ayudar a las familias a tener una **relación consciente y saludable** con la **alimentación**. El programa, que se difunde mayoritariamente por los canales digitales, cuenta con contenidos informativos, recetas, eventos digitales y juegos que cada mes, con una temática distinta, va dando consejos, trucos e información para facilitar una alimentación más saludable para las familias.

El programa ha tenido reflejo sobre sus canales digitales con:

- una *landing page* específica, Alimenta Lo Que Piensas | EROSKI para explicar los objetivos del programa,
- contenidos en su blog de actualidad con multitud de artículos ligados a la alimentación saludable, <https://www.eroski.es/inspirate/blog-eroski/>. Son ejemplos de alguna de las últimas publicaciones:

<https://www.eroski.es/inspirate/blog-eroski/proteinas-en-la-alimentacion-mejor-si-son-de-origen-vegetal/>

<https://www.eroski.es/inspire/blog-eroski/desayuno-saludable-mitos-y-por-que-no-pasada-por-tomar-garbanzos-pescado-o-salir-de-casa-con-el-estomago-vacio/>

- Recetas mensuales que incluyen información nutricional, valoración Nutriscore y comentario dietético.
- Eventos digitales para facilitar a las familias una alimentación más saludable, a través de recetas sencillas.

ESCUELA DE ALIMENTACIÓN DE LA FUNDACIÓN EROSKI [www.escueladealimentacion.es](http://www.escueladealimentacion.es)

Se han llevado a cabo diferentes actividades, entre ellas el Programa Educativo para fomentar hábitos de vida saludables entre los escolares, en el que han participado 30 colegios de Educación Primaria de la Comunidad de Madrid durante el curso escolar 2021-2022.

Asimismo, se han llevado a cabo ocho *webinars* centrados en la promoción de hábitos saludables.

También incluyen en Redes Sociales los ‘viernes veggie’ tocando temáticas como los beneficios de la soja, barbacoas veganas o haciendo *match* de ingredientes aptos para veganos en recetas, un ejemplo: ‘ensalada + fruta’.

Mensualmente se comunican con los clientes que tienen un interés alto por temas de salud (más de 600 en Madrid), a los que mandan, a través del email, un boletín que incluye un informe nutricional basado en su compra (para aquellos que lo solicitan), así como información con temas de salud, retos, etc..., ofreciéndoles un plan para comer bien. Este plan también está disponible en la web de Eroski, donde se puede encontrar una guía para una alimentación saludable: <https://www.eroski.es/guia-alimentacion-saludable/>.

## 4.2. ÁREA CONSUMO

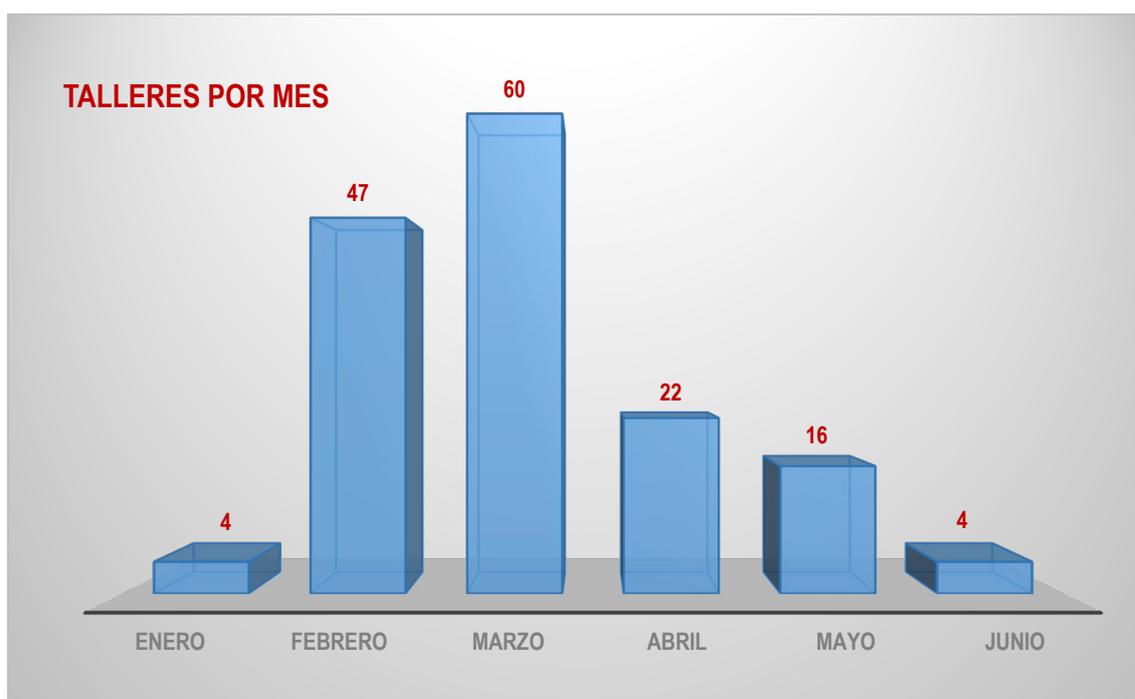
Desde el Área de Consumo de la Dirección General de Comercio y Consumo, se ha llevado a cabo, dentro del Plan Regional de Educación en Consumo, dirigido a escolares de la Comunidad de Madrid, la impartición del Taller “Por dentro y por fuera ¡cuídate!”, cuyo objetivo es la promoción de hábitos de consumo alimentario y estilos de vida saludable.

Se han realizado 153 sesiones de este taller educativo en distintos centros escolares de la Comunidad, con un total de 3.477 alumnos participantes, con una evaluación media de 9,5 sobre 10. En concreto, 83 sesiones se llevaron a cabo en centros de Educación Primaria y 70 en centros de Educación Secundaria, con una participación del alumnado total de 1.818 alumnos de Educación Primaria y 1.659 de Educación Secundaria.

### Talleres Por dentro y por fuera ¡cuídate!

Talleres impartidos	153
	83 Talleres en Educación Primaria 70 Talleres en Educación Secundaria
Municipios participantes	26
Centros escolares participantes	45
Alumnos participantes	3.477
	1.733 niñas 1.744 niños
Evaluación media	9,5

26



## Talleres y Participación por Municipio

Municipio	Niñas	Niños	Total	Centros	Talleres
Alcalá de Henares	107	111	218	2	8
Alcorcón	295	291	586	9	27
Alpedrete	15	12	27	1	1
Anchuelo	13	11	24	*	2
Arganda del Rey	23	28	51	1	2
Buitrago del Lozoya	57	75	132	1	5
Ciempozuelos	56	42	98	1	4
Collado Villalba	24	24	48	1	2
Corpra	4	7	11	*	1
Coslada	18	20	38	1	2
El Molar	59	73	132	1	7
Fuenlabrada	172	199	371	6	17
Getafe	85	76	161	1	6
Leganés	51	43	94	2	4
Majadahonda	71	72	143	2	6
Parla	137	140	277	2	11
Pezuela	6	6	12	*	1
Pozuelo de Alarcón	104	95	199	5	10
Rivas Vaciamadrid	47	52	99	1	4
San Fernando de Henares	23	23	46	1	2
San Sebastián de los Reyes	18	29	47	1	2
Santorcaz	6	4	10	*	1
Torrejón de Ardoz	92	79	171	2	8
Tres Cantos	52	33	85	2	4
Valdemoro	196	193	389	1	15
Valverde	2	6	8	*	1
<b>TOTAL</b>	<b>1.733</b>	<b>1.744</b>	<b>3.477</b>	<b>45</b>	<b>153</b>

27

\* En los municipios de Anchuelo, Corpra, Pezuela, Santorcaz y Valverde, los talleres se ejecutan en el Centro Rural Asociado Amigos de la Paz



## 4.3. ÁREA DEPORTES

---

La práctica regular de **actividad física** es una importante **herramienta preventiva** en el desarrollo de trastornos alimenticios como la anorexia y la bulimia.

El deporte permite, entre otros, fomentar la autoestima de los niños y jóvenes en un momento crucial de su desarrollo personal como la preadolescencia y adolescencia. Permite a los que practican descubrir sus capacidades y limitaciones, y aceptarlas aprendiendo a sentirse bien consigo mismos. Es una importante herramienta de socialización y de prevención del acoso, facilitando sus relaciones sociales.

Por todo ello, desde la Viceconsejería de Deportes, se ofrece una amplia oferta deportiva a los niños y jóvenes de la Comunidad de Madrid, con el objetivo de convertir el deporte en un hábito de vida cotidiana, integrando la práctica deportiva en la rutina escolar e incrementando la socialización e integración.

Los diferentes programas proporcionan un amplio abanico de posibilidades, de manera que se da respuesta, tanto a los niños y jóvenes que quieren participar en una competición reglada, como a los que desean realizar actividad física como entretenimiento. Se desarrollan, además, programas de deporte en familia y actividades orientadas a la conciliación.

Con la colaboración de las federaciones deportivas madrileñas, municipios e instituciones educativas, estos programas y actividades se realizan en centros escolares y en instalaciones deportivas de la Comunidad Madrid.

### PROGRAMA DE INSTITUTOS PROMOTORES DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE

Este programa comprende dos modalidades deportivas:

- ✓ Campeonatos escolares: competición en las modalidades de baloncesto, balonmano, voleibol, hockey y fútbol sala.
- ✓ Escuelas deportivas: potencia actividades no competitivas, incluyendo modalidades como el bádminton, la espeleología o la lucha.

Participan en él los alumnos de los institutos públicos de Educación Secundaria de la Comunidad de Madrid de 12 a 18 años.

En el curso 2021-2022 la participación fue de 180 centros y 18.790 alumnos (10.565 chicos y 8.225 chicas).

### MADRID COMUNIDAD OLÍMPICA

Programa de promoción deportiva, cuyo objetivo es dar a conocer deportes con poca implantación en el ámbito escolar. Lo que se persigue es animar a los escolares que no practican deporte,



porque no les gustan las modalidades tradicionales, presentándoles actividades como el piragüismo, la esgrima, el boxeo o la halterofilia.

Va dirigido a escolares de 9 a 18 años. Y en el curso 2021-2022 participaron cerca de 96.224 alumnos en alguna de sus actividades.

El programa incluye una vertiente competitiva en deportes como el atletismo y natación, en la que participaron 208 centros y 8.117 alumnos.

### **MADRID NIEVE**

Programa de promoción de los deportes de invierno, que cuenta con las modalidades de esquí alpino, de fondo y raquetas de nieve.

Dirigido a alumnos de 8 a 18 años, participaron 12.488 alumnos de 267 centros escolares durante el curso 2021-2022.

### **MAÑANAS ACTIVAS**

Dirigido a los alumnos de 8 a 14 años de los centros escolares ubicados en municipios que se encuentran a más de 25 km del centro de Madrid que, precisamente, debido a su ubicación, en muchos casos, reciben menos oferta.

Durante una mañana, se trasladan al Parque Deportivo Puerta de Hierro para desarrollar diferentes modalidades deportivas.

Durante el curso 2021-2022 participaron 4.200 alumnos de 84 centros escolares.

### **ACTIVA TU CAPACIDAD**

Escuelas deportivas en centros de educación especial o centros preferentes de integración motórica, dirigidas a escolares de 8 a 18 años con algún tipo de discapacidad física o intelectual.

El programa ofrece una práctica deportiva regular gratuita, con dos sesiones semanales de una hora de duración. Se complementa con una competición de atletismo adaptado, que se compone de cinco pruebas en pista cubierta.

El curso 2021-2022 contó con una participación de 38 escuelas y 465 alumnos.

Se ofertaron, además, actividades en el entorno natural, con excursiones de un día para realizar actividades de nieve, vela, multideporte, rutas verdes, etc.

### **DEPORTE INFANTIL**

Programa dirigido a niños, niñas y jóvenes de 6 a 18 años, que se realiza a través de ayuntamientos y federaciones deportivas.

En todos los deportes se establecen dos modalidades: no competitiva, de carácter educativo, lúdico o de iniciación (pre-deporte) y de competición (pre-benjamín, benjamín, alevín, infantil, cadete y juvenil). Se incluye una categoría de iniciación deportiva para niños y niñas de 3 a 6 años.

En la temporada 2021-2022 participaron más de 85.000 deportistas.

### **MADRID REGIÓN ACTIVA**

Desde este programa se llevan a cabo convenios de colaboración con municipios, para el desarrollo de programas deportivos dirigidos a diferentes sectores de población, financiando la Comunidad de Madrid aproximadamente el 70% del coste de los proyectos.

Entre sus objetivos, se encuentran la adquisición de hábitos saludables en la etapa infantil y juvenil.

En esta sexta edición de la convocatoria, la correspondiente a 2021/2022, se desarrollaron 92 proyectos de 86 municipios madrileños, todos ellos enfocados a la realización de actividad física orientada a la salud.

Estos proyectos se realizan, en su mayoría, a lo largo del curso escolar, procurando una práctica continua y la adquisición de hábitos de vida activa. La información sobre nutrición y hábitos alimenticios es un contenido transversal de la mayoría de los proyectos.

De forma específica, 28 municipios han incluido talleres nutricionales/alimentación saludable, o han destacado especialmente este aspecto en los contenidos formativos de la actividad, con una participación de 1.168 personas.

### **SÁBADOS DEPORTIVOS**

Actividad de carácter trimestral dirigida a niños y niñas de 14 a 16 años, con un grupo especial para los más pequeños, de 4 y 5 años.

Se desarrolla todos los sábados de octubre a junio en horario de 10 h a 14 h.

De la mano de técnicos de las federaciones deportivas madrileñas y de monitores especializados, los niños desarrollan habilidades y destrezas de deportes como karate, baloncesto, bádminton, piragüismo, voleibol, tenis, patinaje, boxeo, balonmano, fútbol, fútbol sala, tiro con arco, hockey, orientación, pádel, judo, rugby, salvamento y socorrismo, ajedrez, atletismo, escalada y taekwondo. Además aprenden los criterios básicos del entrenamiento deportivo y experimentan diversas modalidades de actividades físicas dirigidas como pilates, ciclo indoor, etc.

#### **Programa formativo**

Charlas informativas sobre aspectos importantes a tener en cuenta, tanto durante la práctica deportiva en sí misma, como en el propio desarrollo personal: **Alimentación** y **hábitos de vida saludables**, Juego limpio, Seguridad en el deporte.

Durante la temporada 2021-2022, participaron 75 niños y 40 padres.



## 4.4. ÁREA EDUCACIÓN

Como en cursos anteriores, en los centros educativos de Educación Infantil, Primaria, Especial y Secundaria, además de las actividades propias de la aplicación del currículo, durante el curso 2021-2022 se han llevado a cabo las actuaciones que se recogen a continuación.

### PROGRAMA ESCOLAR DE CONSUMO DE FRUTAS, HORTALIZAS Y LECHE

Desde el año 2017, el Real Decreto 511/2017, de 22 de mayo, desarrolla la aplicación en España de la normativa de la Unión Europea en relación con el programa escolar de consumo de frutas, hortalizas y leche, estableciendo las condiciones básicas de aplicación del régimen de ayudas para la distribución de estos alimentos a los niños en los centros educativos, de conformidad con los reglamentos comunitarios.

Como quiera que en la actualidad sigue existiendo una tendencia a la baja en el consumo de frutas y hortalizas frescas, así como de leche, los reglamentos establecen la necesidad de centrar la distribución de forma prioritaria en estos productos, aunque se permita, a decisión de los Estados miembros, distribuir productos transformados a base de frutas y hortalizas y otros productos lácteos sin adición de aromatizante, frutas, frutos secos o cacao, o los productos lácteos fermentados y bebidas a base de leche. Asimismo, tal como indica la normativa europea aplicable, deben realizarse esfuerzos para garantizar la distribución de productos locales y regionales, a las regiones menos desarrolladas y a las regiones ultraperiféricas.

En este sentido, la Comunidad de Madrid, a través de la Consejería de Medio Ambiente y Ordenación del Territorio y en colaboración con la Vicepresidencia, Consejería de Educación y Universidades, ha continuado implantando el Programa escolar de consumo de frutas, hortalizas y leche de la Unión Europea.

Con este Programa, la Unión Europea busca **promover hábitos saludables**, la **disminución** de la **obesidad** y **enfermedades** asociadas. Se trata de una campaña de ámbito nacional, en la que la Vicepresidencia, Consejería de Educación y Universidades colabora con la Consejería de Medio Ambiente para el fomento del consumo de frutas, verduras y de leche en colegios públicos e institutos de educación secundaria de la Comunidad de Madrid.

#### Centros participantes en el programa

	Educación Infantil	Educación Primaria	Educación Secundaria
Leche	183	186	97
Fruta	<i>(no participa)</i>	221	127

- ✓ En el Programa de distribución de fruta han participado 50.328 alumnos de Educación Primaria, 622 de Educación Secundaria Obligatoria (en Colegios de Educación Infantil y Primaria públicos autorizados a impartir Educación Secundaria Obligatoria) y 45.130 alumnos de Institutos de Educación Secundaria.
- ✓ El número de participantes en el Programa de distribución de leche ha sido de 56.926 alumnos de Educación Infantil y Primaria (16.746 de Educación Infantil y 40.180 de Educación Primaria), 437 alumnos de Educación Secundaria Obligatoria (en Colegios de Educación Infantil y Primaria públicos autorizados a impartir Educación Secundaria Obligatoria) y 29.465 alumnos de Institutos de Educación Secundaria.

### COMEDOR ESCOLAR

El comedor escolar no sólo influye en el establecimiento de los hábitos alimentarios del niño si no que, además, condiciona en parte su estado nutricional.

Más del 55% de los alumnos escolarizados en colegios públicos de educación infantil y primaria, en el curso 2021-2022, realizan su comida de mediodía en el comedor escolar de su centro educativo. En este sentido, el comedor escolar desempeña una función educativa y debe servir para fomentar una dieta variada y equilibrada. Para lograrlo, la Dirección General de Educación Infantil, Primaria y Especial lleva a cabo las siguientes actuaciones:

- ✓ Exige, como requisito, que el comedor escolar de los colegios públicos sea atendido por empresas expresamente homologadas por la Vicepresidencia, Consejería de Educación y Universidades para tal fin.
- ✓ Las empresas adjudicatarias se comprometen a presentar a la Dirección del centro la programación mensual de los menús de comida diarios, cuya composición, equilibrio nutricional, variedad, presentación y calidad deben configurar una comida completa y equilibrada. Asimismo, la empresa, a través del centro, debe facilitar a las familias de los alumnos comensales la información para complementar la dieta diaria.
- ✓ La Vicepresidencia, Consejería de Educación y Universidades encarga a la Fundación Española de la Nutrición la realización de controles y análisis de muestras de comidas en colegios públicos de la región determinados aleatoriamente.

Por otra parte, durante este último curso escolar, también ha continuado la colaboración con la Consejería de Sanidad en proyectos de promoción alimentaria y de la salud. Entre otros, los que se recogen a continuación:

- ✓ **SERVICIO DE ASESORAMIENTO NUTRICIONAL DEL MENÚ ESCOLAR** en centros educativos de Educación Infantil y Primaria.

Los escolares están en un momento muy importante para formar y consolidar hábitos alimentarios. Desde el punto de vista nutricional, eso se consigue mediante una dieta variada

y equilibrada acompañada de actividad física. La alimentación del escolar debe cumplir los siguientes objetivos:

- Asegurar su crecimiento y desarrollo, atendiendo a las características de cada uno.
- Garantizar el mantenimiento de buenos niveles de salud, tanto a corto como a largo plazo; es decir, protegiéndole de aquellas enfermedades en las que una dieta inadecuada constituye un factor de riesgo.
- Introducir buenos hábitos alimentarios adaptados a la organización y al estilo de vida del escolar y su familia.

Desde el año 2010, la Dirección General de Educación Infantil, Primaria y Especial, a través de la aplicación informática gestionada por la Consejería de Sanidad, ofrece asesoramiento a los directores de centros educativos y empresas de comedor escolar, destinado a la implantación de menús saludables. De este modo, cada centro puede analizar, contrastar y recibir información acerca de la idoneidad de las características de los menús escolares que se sirven en su centro.

Con esta herramienta, se facilita la implantación de **menús saludables** que cumplan con las **recomendaciones nutricionales** establecidas en la etapa infantil (18 meses - 3 años) y en las etapas posteriores de escolarización (3-16 años).

33

#### ✓ **PROGRAMA DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD “SaludaTuVida”**

Durante este último curso escolar ha continuado la colaboración con la Consejería de Sanidad en el Programa de Prevención y Promoción de la Salud SaludaTuVida para centros educativos.

Se trata de un Programa dirigido a alumnos del Segundo Ciclo de Educación Infantil y de Enseñanza Obligatoria.

Esta iniciativa nace tras el análisis de los datos epidemiológicos y las conclusiones de diversos estudios científicos, con el fin de **potenciar hábitos** y estilos de vida **saludables** desde la **infancia** que tengan una repercusión positiva a lo largo de la vida.

El profesorado de los centros educativos participantes recibe, previamente, formación en las cinco áreas incluidas en el programa: Actividad Física y Sedentarismo, Alimentación y otros hábitos saludables, Bienestar y Salud Emocional, Afectivo-sexual y Adicciones e igualmente, las familias disponen de información sobre el mismo.

El Programa guarda estrecha relación con los objetivos y los contenidos de cada etapa educativa, lo que facilita su incorporación al proyecto educativo de cada centro. Asimismo, cuenta con material didáctico en soporte digital dirigido al profesorado, familias y alumnos. Dicho material, adaptado a cada uno de los cursos/niveles educativos, puede ser consultado a través de la plataforma de formación de la Comunidad de Madrid FORMADRID.



### ✓ **DIARIO SALUDABLE**

Desde el año 2018, y en colaboración con la Consejería de Sanidad, se envía el cuadernillo “Diario saludable” a todos los centros educativos de la Comunidad de Madrid.

Destinado a los alumnos de tercer curso de Educación Infantil, esta agenda destinada al alumno y a su familia pretende que, a la vez que se cumplimenta, conjuntamente con su familia, el niño y su entorno escolar y familiar tomen conciencia sobre la importancia que tiene para la salud una **alimentación saludable**, la práctica de actividad física cotidiana, así como la reducción de ocio pasivo o tiempo de pantalla.

Asimismo, en el diario se dan las pautas para llegar a cumplir las recomendaciones de alimentación, así como las opciones para que la población infantil sea más activa.

### ✓ **PROGRAMA DESAYUNOS SALUDABLES E HIGIENE BUCODENTAL**

Dirigido al alumnado de 1º y 2º y 5º y 6º de Educación Primaria, y realizado en los centros educativos de educación primaria, con la participación de profesionales sanitarios de los Centros de Salud de la Consejería de Sanidad y de los Ayuntamientos implicados, se aborda en qué consiste un **desayuno saludable** y los hábitos de higiene bucodental.

### ✓ **AULA DE SALUD PÚBLICA**

También la Dirección General de Educación Infantil, Primaria y Especial ha dado difusión, en el ámbito de su gestión, a esta actividad promovida por la Consejería de Sanidad.

Se trata de un espacio para el desarrollo de talleres de educación para la salud, dirigido al alumnado de 4º y 5º de Educación Primaria, para apoyar el trabajo de promoción de la salud que se realiza en los centros educativos, abordando: **alimentación saludable**, actividad física, prevención del tabaquismo, prevención de accidentes, vacunas, seguridad e higiene alimentaria.

## **COLABORACIÓN CON LAS ACTUACIONES PROMOVIDAS POR EL MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y FORMACIÓN PROFESIONAL EN MATERIA PROMOCIÓN DE LA SALUD EN EL ÁMBITO ESCOLAR**

La Vicepresidencia, Consejería de Educación y Universidades participó en el Grupo de Trabajo de Salud, organizado por la Subdirección General de Cooperación Territorial e Innovación Educativa del Ministerio de Educación y Formación Profesional, facilitando las iniciativas en materia de salud llevadas a cabo en el ámbito educativo de la Comunidad de Madrid, colaborando así en ofrecer una visión actualizada de las actuaciones, en lo relativo a la Promoción de Salud Escolar, en las comunidades autónomas.

Asimismo, ha participado del Programa de Cooperación Territorial de Bienestar Emocional en el ámbito educativo, promovido por esta misma Subdirección del Ministerio.

## CONSEJO ESCOLAR DE LA COMUNIDAD DE MADRID

El Consejo Escolar de la Comunidad de Madrid ha llevado a cabo diversas actividades encaminadas a ayudar a niños y jóvenes madrileños ante diversos riesgos, como son las adicciones tecnológicas o el uso seguro de internet y las redes sociales. Entre los riesgos que entrañan las nuevas tecnologías, encontramos el de los trastornos de comportamientos alimentarios, por eso estas actividades pueden contribuir también a los objetivos del Pacto Social de la Comunidad de Madrid contra los Trastornos del Comportamiento Alimentario. En concreto, las actividades desarrolladas han sido las siguientes:

- ✓ Encuentro Familia-Escuela 2022: Las adicciones tecnológicas, un desafío para todos. En esta jornada se trataron las adicciones tecnológicas, cómo afectan a jóvenes y a sus familias las nuevas tecnologías, cómo evitar un uso adictivo, la problemática de las adicciones sin sustancia, los retos virales que contribuyen a provocar esas adicciones, algunos de ellos vinculados a trastornos de la alimentación, etc.

[https://www.educa2.madrid.org/web/eventos-consejo-escolar/encuentro\\_2022](https://www.educa2.madrid.org/web/eventos-consejo-escolar/encuentro_2022)

- ✓ Jornada “La navegación segura de los jóvenes es cosa de todos”. En esta Jornada se presentaron las Guías sobre navegación segura que ha elaborado el Consejo Escolar de la Comunidad de Madrid y que se indican a continuación y, además, se debatió con expertos y miembros de la comunidad educativa sobre los diversos riesgos que entrañan internet y las redes sociales y que pueden afectar a niños y jóvenes. Nuevamente, los trastornos de comportamiento alimentarios, retos virales vinculados a dichos trastornos, la necesidad de realizar una lectura crítica de páginas web que pueden llegar a provocar dichos trastornos, surgieron en la jornada.

[https://www.educa2.madrid.org/web/eventos-consejo-escolar/jornada\\_guias](https://www.educa2.madrid.org/web/eventos-consejo-escolar/jornada_guias)

- ✓ Guías de Navegación Segura para familias, docentes y alumnado. Estas guías afrontan los diversos riesgos que entrañan la web y las redes sociales y da indicaciones, a docentes, familias y alumnado, diferenciadas según el tipo de guía, para reducir o evitar dichos riesgos y asegurar la navegación de los más jóvenes. Nuevamente, entre los riesgos que se plantean están aquellos vinculados a los trastornos de comportamiento alimentario.

[https://www.educa2.madrid.org/web/eventos-consejo-escolar/jornada\\_guias](https://www.educa2.madrid.org/web/eventos-consejo-escolar/jornada_guias)

[https://www.educa2.madrid.org/web/eventos-consejo-escolar/jornada\\_guias/-/visor/infografias-descargables?p\\_p\\_col\\_pos=2](https://www.educa2.madrid.org/web/eventos-consejo-escolar/jornada_guias/-/visor/infografias-descargables?p_p_col_pos=2)

## **4.5. ÁREA INFANCIA Y FAMILIA**

---

El **Programa I+I** tiene como finalidad ofrecer una intervención individualizada, especializada e intensiva, de carácter social y educativo, a niños y adolescentes entre 6 y 17 años en situación de riesgo social, para contribuir a su desarrollo personal desde una perspectiva integradora, en la que se coordinan los dispositivos sociales, educativos y sanitarios del entorno.

La red de centros I+I está integrada por 24 centros y 759 plazas, distribuidos en Madrid capital y los municipios de Alcalá de Henares, Getafe, Majadahonda, Parla, Leganés, Rivas-Vaciamadrid, Aranjuez y Fuenlabrada.

Los **Convenios de Prevención** tienen como objetivo atender a niños y adolescentes, entre 6 y 17 años y sus familias, que se encuentren en situación de desventaja y dificultad social en la Comunidad de Madrid, con la finalidad de apoyar la convivencia en su entorno natural, realizando una actuación preventiva y compensatoria de sus dificultades sociales, a través de la realización de un proyecto socio-educativo con el menor y su familia.

La red de convenios de prevención cuenta con 55 centros y 1.912 plazas de dificultad social, repartidas por Madrid capital y los municipios de Alcalá de Henares, Getafe, Parla y Fuenlabrada.

Las actividades realizadas en los centros del programa I+I y los convenios de prevención, durante el año 2022, en relación con los **Trastornos de Conducta Alimentaria**, han sido las siguientes.

### **PROGRAMA I+I**

#### **I+I EOF**

En el mes de marzo se realizó una actividad de TCA en el Grupo de Adolescentes formado por 12 personas entre los 13 y 15 años.

En el centro se ha trabajado la salud alimentaria con todos los grupos de forma transversal, a través de las meriendas saludables, incidiendo en la importancia de las comidas durante salidas y campamentos. Durante 2022 se ha trabajado, además, en la identificación de etiquetas y de ingredientes añadidos que llevan los alimentos procesados, con los grupos de medianos y adolescentes (10 a 15 años).

También se han hecho algunas dinámicas sobre autoimagen, dentro del área de salud emocional y sobre estereotipos de imagen masculinos y femeninos en las redes sociales.

#### **I+I NORTE JOVEN VILLA DE VALLECAS**

Aunque no se ha impartido ninguna sesión específica acerca de los trastornos de la conducta alimentaria, se han llevado a cabo sesiones, dentro del área de salud, relacionadas con hábitos alimenticios, desayunos y meriendas saludables.

**I+I PINARDI-LAS NAVES**

Se han realizado los siguientes talleres.

TALLER	SESIONES	PARTICIPANTES	EDADES	PROFESIONALES
¿Cuánto sabes sobre alimentación saludable? <i>Kahoot interactivo y sensibilización sobre la industria alimentaria y en consumo consciente</i>	1	22	12 a 17 años	cuatro miembros del equipo educativo de I+I y un miembro personal de prácticas
¿Cómo hacer la compra de forma consciente? <i>Simulación de un supermercado con productos y uso de la App "My Real Food" para identificar productos saludables e insanos</i>	1	22	12 a 17 años	cuatro miembros del equipo educativo de I+I y un miembro personal de prácticas
Taller de cocina: repostería	1	22	12 a 17 años	cuatro miembros del equipo educativo de I+I y un miembro personal de prácticas
Taller de cocina: merienda saludable	1	22	12 a 17 años	cuatro miembros del equipo educativo de I+I
Taller de comida internacional <i>Campamento urbano</i>	1	17	12 a 17 años	cuatro miembros del equipo educativo de I+I y un miembro personal de prácticas
Meriendas saludables	4	22	12 a 17 años	cuatro miembros del equipo educativo de I+I y personal de prácticas
Detección de dificultades a través de las comidas y meriendas en las actividades grupales	transversal	22	12 a 17 años	cuatro miembros del equipo educativo de I+I y personal de prácticas

**37****I+I PAIDEIA**

SALUD INTEGRAL: Trastorno del comportamiento alimentario

**Grupo 12- 14 años**

**TÚ QUÉ COMES:** Actividad de educación alimentaria realizada con 24 asistentes.

- ✓ **CONTENIDOS:** Autocuidado. Nutrición, hábitos alimenticios. Habilidades de identificación, análisis y reflexión. Desmitificación de conceptos erróneos. Prácticas de riesgo y locus interno.



- ✓ **DESARROLLO DE LA SESIÓN:** Sesión de debate y conocimientos de los que parte el grupo. Se realiza una pequeña rueda de conocimientos saludables de los participantes en cuanto a alimentación. Se comprueba que, a pesar de conocer el discurso, pocos ponen en marcha algunos conocimientos. Llama la atención el gran número de participantes que no desayunan. Esto abre un debate sobre dificultades para la alimentación y los trastornos de conducta alimentaria y se analizan posibles causas de estos trastornos.

### **Grupo 14- 17 años**

**LA LISTA DE LA COMPRA:** Dos actividades realizadas, un grupo con 18 asistentes y otro con 19.

- ✓ **CONTENIDOS:** Autocuidado. Nutrición, hábitos alimenticios. Habilidades de identificación, análisis y reflexión. Desmitificación de conceptos erróneos. Prácticas de riesgo y locus interno de control.
- ✓ **DESARROLLO DE LA SESIÓN:** El objetivo principal es crear un menú semanal (desayuno, comida y cena) a partir de un presupuesto de 60 euros. Con esta orientación, se divide el grupo en equipos con, aproximadamente, cuatro personas cada uno. Teniendo a disposición un ordenador o una tablet, cada grupo tiene que crear un menú semanal para el equipo, buscando los productos y sus precios en la página web de un supermercado. El grupo que diseñe el menú más variado, sano y equilibrado, dentro del presupuesto económico, es el ganador.

Destaca, en la temática que se trabaja (el autocuidado) la alimentación y una sana nutrición.

Dada la importancia del tema y la organización de la actividad, se valúa positivamente la sesión. Gracias al éxito obtenido es posible confirmar el alcance de los siguientes objetivos inicialmente planteados: planificación de un menú semanal, de una dieta saludable y equilibrada, gestión y responsabilidad del dinero, conocimiento sobre las acostumbres alimenticias positivas y negativas de cada niño o adolescente y el desarrollo de las habilidades de trabajo en equipo (respetar turno de palabra, escuchar y aportar la propia contribución). Todos los equipos y todos los niños y adolescentes participaron de forma activa, demostrando interés por la actividad.

**COMO SANO:** Actividad realizada con 17 asistentes.

- ✓ **CONTENIDOS:** Autocuidado. Nutrición, hábitos alimenticios. Habilidades de identificación, análisis y reflexión. Desmitificación de conceptos erróneos. Prácticas de riesgo y locus interno de control.
- ✓ **DESARROLLO DE LA SESIÓN:** Se divide el grupo en equipos más pequeños con 5/6 personas cada uno. La actividad se lleva a cabo en la plaza del Servicio, donde los educadores y el personal de prácticas se reparten en cada esquina. Cada grupo tiene que acercarse a cada educador, que tendrá unas preguntas y unas pruebas preparadas con relación con la temática de la alimentación. El equipo que contesta más rápido correctamente a las preguntas y que supera las pruebas, completando una ficha, gana.

Con esta actividad se hace un repaso de los conocimientos sobre alimentación sana, TCA y hábitos saludables, más allá de la alimentación que conocen los y las participantes.

La salida a la plaza, el dinamismo de la actividad y la competición entre los equipos activaron, de forma participativa, a los niños y adolescentes. La actividad y el juego pensado fueron unas herramientas gracias a las cuales se pudo destacar un buen conocimiento sobre el tema de la alimentación sana y, a la vez, algunas informaciones poco correctas recogidas, posteriormente, en el cierre de la actividad.

**SUPERSIZE ME:** Cuatro actividades realizadas, dos con 15 asistentes, una con 13 y otra con 16.

- ✓ **CONTENIDOS:** Autocuidado. Nutrición, hábitos alimenticios. Habilidades de identificación, análisis y reflexión. Desmitificación de conceptos erróneos. Prácticas de riesgo y locus interno de control.
- ✓ **DESARROLLO DE LA SESIÓN:** Se trata del visionado del documental 'SuperSizeMe' en dos partes diferentes (dos actividades por grupo).

*Primera parte (día 1):* Se introduce el tema hablando de la comida basura, reflexionando sobre cuánta cantidad comemos, cómo nos influye la publicidad, qué nos aporta... Se trabaja también cómo la publicidad muestra una imagen irreal e ideal inalcanzable que genera frustración. Se trabajan las posibles causas a nivel de autoimagen que provocan TCA. A continuación, se les habla acerca del caso del hombre que decidió, por su cuenta, alimentarse únicamente de comida de McDonald durante un mes, para demostrar lo perjudicial que puede llegar a ser. Por último, se ve la primera parte del documental.

*Segunda parte (día 2):* Se realiza el visionado de la segunda parte del documental, tras la que se recogen las primeras impresiones. Destaca que muchos de los participantes ya sabían que la comida rápida no era comida saludable. Se retoman los temas tratados en la presentación de la actividad: Qué es comida saludable, qué no y por qué. Posibles causas y consecuencias de una mala alimentación. Trastornos del Comportamiento Alimentario. Papel de los medios de comunicación. Lluvia de ideas para adquirir rutinas de alimentación saludable.

39

### **I+I TOMILLO MAJADAHONDA**

Se han realizado ocho actividades sobre rutinas saludables y de prevención de riesgos de trastornos de la conducta alimentaria, con 24 participantes, cuyos objetivos fueron:

- ✓ Reconocer y respetar la existencia de diversidad de cuerpos.
- ✓ Aceptar y valorar su cuerpo, reconociendo sus características personales.
- ✓ Identificar qué es ser una persona saludable.
- ✓ Conocer los beneficios relacionados con los hábitos saludables y los riesgos que implica no aplicarlos en nuestra vida diaria.
- ✓ Aprender a reconocer hábitos positivos y negativos para la salud.
- ✓ Tener una visión más realista sobre qué conlleva llevar una vida saludable.

En concreto, se desarrollaron las siguientes actividades:

- ✓ Video "Ni gordos ni flacos sino cuerpos sanos".
- ✓ Análisis de estereotipos sobre las personas con obesidad.



- ✓ Dinámica de la “Alfombra roja”: a través de un Canva se observan personajes famosos que han sufrido discriminación por sus cuerpos.
- ✓ Exposición sobre los principales hábitos saludables de alimentación.
- ✓ Juego consistente en ir avanzando hacia la meta, que representaría alcanzar un estilo de vida saludable, a través de pasos hacia delante, que se dan si cumplen con las afirmaciones formuladas en forma de buenos hábitos que mejoren su estado físico, emocional y mental.

### **I+I TOMILLO USERA 1 y 2**

Dentro de las actividades transversales de taller, se incluyen actividades realizadas en común por el equipo pedagógico de la Fundación Tomillo. En lo que respecta a la prevención de trastornos de conductas de alimentación, se desarrollaron distintos talleres de refuerzo de la aceptación de cada cuerpo e imagen corporal y los hábitos saludables. Los objetivos fueron:

- ✓ Reconocer y respetar la existencia de diversidad de cuerpos.
- ✓ Aceptar y valorar su cuerpo, reconociendo sus características personales.
- ✓ Identificar qué es ser una persona saludable.
- ✓ Conocer los beneficios relacionados con los hábitos saludables y los riesgos que implica no aplicarlos en nuestra vida diaria.
- ✓ Aprender a reconocer hábitos positivos y negativos para la salud.
- ✓ Tener una visión más realista sobre qué conlleva llevar una vida saludable.

**40**

Los talleres contaron con la participación de la mayoría de los niños y jóvenes, sumando además dos talleres impartidos por el Centro Municipal de Salud Comunitaria Usera sobre alimentación saludable y prevención de trastornos alimentarios.

En el I+I USERA 1 se han realizado dos talleres de prevención y 10 actividades de rutinas saludables (Trastornos del Comportamiento Alimentario) con 25 y 20 participantes respectivamente de entre 6 a 12 años. En el I+I USERA 2 desarrollaron igual número de talleres y actividades, en este caso, con 28 y 33 participantes de entre 12 a 17 años.

### **I+I TOMILLO PUENTE DE VALLECAS**

Se han desarrollado actividades de prevención de trastornos de la conducta alimentaria, cuyo objetivo fue reforzar la aceptación de cada cuerpo e imagen corporal y los hábitos saludables. Los objetivos principales en el desarrollo de las sesiones fueron los siguientes:

- ✓ Reconocer y respetar la existencia de diversidad cuerpos.
- ✓ Aceptar y valorar su cuerpo, reconociendo sus características personales.
- ✓ Identificar qué es ser una persona saludable.
- ✓ Conocer los beneficios relacionados con los hábitos saludables y los riesgos que implican no aplicarlos en nuestra vida diaria.
- ✓ Aprender a reconocer hábitos positivos y negativos para la salud.
- ✓ Tener una visión más realista sobre qué implica llevar una vida saludable.



**I+I MURIALDO**

TALLER/ACTIVIDAD	SESIONES	PARTICIPANTES	EDADES	PROFESIONALES
Hábitos Alimenticios	7	30	6 a 17 años	2
Meriendas Saludables	Todos los días	30	6 a 17 años	4
Autoconocimiento/Autoestima	4	30	6 a 17 años	2

**TALLER SOBRE HÁBITOS ALIMENTICIOS (Objetivos):**

- ✓ Conocer los hábitos alimentarios de cada participante.
- ✓ Modificar ideas erróneas sobre la alimentación y el ejercicio físico.
- ✓ Explicar el significado de “dieta equilibrada”.
- ✓ Identificar la frecuencia con la que se debe comer cada alimento.
- ✓ Fomentar hábitos alimentarios saludables.

**PROYECTO DIARIO DE MERIENDAS SALUDABLES:** Se realizan varias acciones previas al aporte de meriendas y, una vez iniciado el proyecto, se desarrolla un taller sobre alimentación saludable y hábitos de aseo e higiene personal (lavado de manos y boca, lavado de dientes) con los menores.

Para la gestión de la compra de alimentos se han realizado compras semanales, especialmente de fruta fresca y productos lácteos. Al ser un proyecto ya casi consolidado en el tiempo para el centro, se han ido ajustando las compras al nivel de consumo real de los chicos y a los gustos y preferencias de éstos, cuidando el aporte energético y nutritivo necesario para los niños y adolescentes.

En dos ocasiones se han realizado meriendas especiales. En junio en Telepizza (como premio a un trabajo en equipo) y, para celebrar la Navidad, chocolate con churros. Estas dos actividades tuvieron muy buena aceptación, puesto que, además de ayudarles a lograr los objetivos pretendidos, los participantes salieron del centro, paseado en grupo por las calles del municipio, y merendando en sitios donde ellos no suelen hacerlo con sus familias.

**TALLER SOBRE AUTOCONOCIMIENTO/AUTOESTIMA:** Se trabaja a nivel individual en intervención con alguno de los menores que acuden al centro, con la intención de llegar a la base del problema de la mala alimentación o de unos malos hábitos adquiridos.

**I+I PINARDI-VALORA**

TALLER	SESIONES	PARTICIPANTES	EDADES	PROFESIONALES
Indicadores de TCA e influencia social	1	17	10 a 18 años	3
Consecuencias de la mala alimentación	1	16	10 a 18 años	3

**TALLER INDICADORES DE TCA E INFLUENCIA SOCIAL:** Se realizó el 12 de diciembre.

**Objetivos:**

- ✓ Desarrollar una conciencia crítica sobre la imagen y los medios de comunicación y publicidad.



- ✓ Promover el pensamiento analítico y crítico sobre los indicadores TCA.

Metodología: Visionado del documental “Qué es un TCA” (youtube: psicotips), posterior debate y reflexión sobre lo analizado. Visionado del spot “Habla con tu hija antes de que las industrias cosméticas lo hagan” (youtube: psicologagijon), posterior debate y reflexión sobre lo visualizado.

TALLER CONSECUENCIAS DE LA MALA ALIMENTACIÓN: Realizado el 19 de diciembre.

Metodología: Visionado del vídeo testimonio: “Entiende a una persona con TCA” (youtube: Nat Jim); posterior debate y reflexión sobre el testimonio.

Análisis participativo a través de técnicas de dinámicas de grupo (técnica del panel integrado: en pequeños grupos se elaboran diferentes ideas sobre el tema a tratar, posteriormente se realiza una exposición en gran grupo) sobre la bulimia, anorexia, trastorno por atracón o vigorexia.

## CONVENIOS DE PREVENCIÓN

### COORDINADORA DE VALLECAS

ENTIDAD	ACTIVIDAD	PARTICIPANTES (Y EDADES)	COMENTARIOS
ASOCIACIÓN BARRÓ	Taller comida sana y saludable Taller comer sano, comer bien	58 (7 a 17 años) 36 (12 a 17 años)	Fomento de hábitos saludables
ASOCIACIÓN CREANDO HUELLAS	Talleres para la vida	8 (8 a 17 años)	Fomento de hábitos saludables
ASOCIACIÓN EL FANAL (Cañada y Valdebernardo)	Trastornos alimentarios	25 (6 a 17 años)	Taller realizado en coordinación con el Centro de Salud
ASOCIACIÓN KRECER (Krecer I, II y III)	Talleres de alimentación saludable	23 (6 a 2 años) 14 (12 a 17 años) 9 (6 a 15 años)	De manera transversal además se trabaja en las meriendas diarias, las salidas, colonias, acampadas y campamentos
ASOCIACIÓN PRIMERA PREVENCIÓN	Taller sobre alimentación sana Merienda saludable diaria	14 (6 a 17 años)	Fomento de hábitos saludables
ASOCIACIÓN CULTURAL SAN PABLO	Taller alimentación saludable	32 (6 a 17 años)	
CLUB INFANTIL Y JUVENIL SANDI	Taller alimentación saludable	8 (6 a 17 años)	De manera transversal además se trabaja en las colonias urbanas y acampada
PARROQUIA SANTA MARÍA DEL POZO	Charla sobre anorexia/bulimia Talleres de cocina y hábitos alimenticios	23 (6 a 17 años)	

42

### MURIALDO

TALLER DE TRASTORNOS DE LA ALIMENTACIÓN: Se explica que los trastornos alimenticios son una serie de enfermedades psicológicas que causan el desarrollo de hábitos alimenticios poco saludables.

Se desarrolló el 4 y 6 de mayo, con 30 participantes de entre 12 a 17 años.

TALLER DE AUTOESTIMA: Se trabaja el tema de la autoestima en relación con el cuerpo y las distintas tipologías y características físicas, separando la estética de la salud.



Se desarrolló el 9 y 10 de mayo, con 30 participantes de entre 12 a 17 años.

**TALLER DE HÁBITOS DE SALUD:** Se explica la importancia que tiene en la salud adquirir una serie de hábitos con respecto a la alimentación, tratando de prevenir a su vez los trastornos de conducta alimentaria. Algunos de ellos serían: comenzar el día con un buen desayuno, beber agua, comer frutas y verduras, cocinar sano, comer despacio y aprender cuándo parar.

Se desarrolló el 8 y 9 de noviembre, con 60 participantes de entre 6 a 17 años.

**MERIENDA SALUDABLE:** Se compra y merienda fruta, describiendo sus principales beneficios, comparándola con las meriendas que se basan en bollería industrial y bebidas azucaradas. Así mismo, y en relación a los trastornos de conducta alimentaria, se trata el tema de la autoestima.

Se desarrolló el 16 y 17 de noviembre, con 60 participantes de entre 12 a 17 años.

**PIRÁMIDE ALIMENTARIA:** Se da a conocer este recurso para que sean conscientes de la necesidad de alimentarse de forma equilibrada y prevenir los trastornos de conducta alimentaria. Se comienza explicando, en primer lugar, los cinco grupos de alimentos y la frecuencia aconsejada de consumo. Después son ellos quienes elaboran un menú saludable en base a la pirámide.

Se desarrolló el 23 y 24 de noviembre, con 30 participantes de entre 12 a 17 años.

## PINARDI

43

### PINARDI. LAS NAVES

ACTIVIDAD	SESIONES	PARTICIPANTES	EDADES
Calendario de merienda	119	45	12 a 18 años
Talleres de cocina	3	45	12 a 18 años
Alimentación saludable	Transversal	45	12 a 18 años
Teatro y emociones: rolplaying	5	45	12 a 18 años
Autoestima y autoconcepto	10	45	12 a 18 años
Grupo terapéutico	20	8	12 a 18 años
Acompañamiento individual (tutorías)	Mínimo una por menor al semestre	45	12 a 18 años
Deportes	80	45	12 a 18 años
Campeonatos deportivos	4	45	12 a 18 años
Taller gestión alimentación menores en el hogar	Transversal	41	Mayores de 18 años
Seguimientos familiares	Mínimo una por menor al semestre	41	Mayores de 18 años



## PINARDI. ESTRECHO

ACTIVIDAD	SESIONES	PARTICIPANTES	EDADES
Taller de fomento de hábitos saludables	30	86	6 a 18 años
Taller visibilización salud mental	1	86	6 a 18 años
Taller de cocina saludable	1	37	12 a 18 años
Calendario de merienda	119	86	6 a 18 años
Autoestima y autoconcepto	29	86	6 a 18 años
Espacio de acompañamiento individual (tutorías)	Mínimo una por menor al semestre	86	6 a 18 años
Deportes	10	86	6 a 18 años
Torneo de deportes inclusivos	4	86	6 a 18 años
Taller gestión alimentación menores en el hogar	Transversal	70	Mayores de 18 años
Tutorías familiares	Mínimo una por menor al semestre	70	Mayores de 18 años

## PINARDI. LUMBRE

ACTIVIDAD	SESIONES	PARTICIPANTES	EDADES
Taller alimentación saludable	1	35	13 a 18 años
Taller de autocuidado	1	35	12 a 18 años
Calendario de merienda	119	35	13 a 18 años
La comida y la emoción	1	35	12 a 18 años
Acompañamiento individual (tutorías)	Mínimo una por menor al semestre	35	13 a 18 años
Espacio de acompañamiento individual (tutorías)	Mínimo una por menor al semestre	35	6 a 18 años
Deportes	2	35	13 a 18 años
Taller gestión alimentación menores en el hogar	Transversal	35	Mayores de 18 años
Seguimientos familiares	Mínimo una por menor al semestre	35	Mayores de 18 años

44

## PINARDI. VALORA

ACTIVIDAD	SESIONES	PARTICIPANTES	EDADES
Prevención de conductas inadecuadas	1	43	9 a 18 años
Talleres alimentación saludable	2	43	9 a 18 años
Calendario de merienda	38	43	9 a 18 años
Autoestima	3	43	9 a 18 años
Espacio de acompañamiento individual (tutorías)	Una por menor al semestre (43)	43	9 a 18 años
Deportes	26	43	9 a 18 años
Taller gestión alimentación menores en el hogar	Transversal	36	Adultos
Tutorías familiares	Una por menor al semestre (43)	36	Adultos



## PINARDI PAN BENDITO I

ACTIVIDAD	SESIONES	PARTICIPANTES	EDADES
Alimentación saludable	3	33	6 a 10 años
Calendario de merienda	120	33	6 a 10 años
Autoconcepto, autoestima, aceptación del propio cuerpo y respeto a los demás	Transversal	33	6 a 10 años
Expresión emocional a través del cuerpo	9	6	6 a 8 años
Cohesión grupal, desarrollo personal y emocional	8	33	6 a 10 años
Talleres de relajación (Yoga, automasaje ...)	3	33	6 a 10 años
Psicomotricidad	15	29	6 a 10 años
Juegos de movimiento	15	18	6 a 7 años
Campeonatos deportivos	10	14	8 a 10 años
Taller gestión alimentación menores en el hogar	Transversal	28	Mayores de 18 años
Tutorías familiares	Mínimo una por menor al semestre (33)	28	Mayores de 18 años

## PINARDI PAN BENDITO II

ACTIVIDAD	SESIONES	PARTICIPANTES	EDADES
Calendario de merienda	120	49	9 a 15 años
Autoconcepto, autoestima, aceptación del propio cuerpo y respeto a los demás	Transversal	36	9 a 15 años
Espacio de acompañamiento individual (tutorías)	Mínimo una por menor al semestre	49	9 a 15 años
Cohesión grupal, desarrollo personal y emocional	8	49	9 a 15 años
Talleres de relajación (Yoga, automasaje ...)	5	49	9 a 15 años
Psicomotricidad/expresión corporal	44	41	9 a 15 años
Campeonatos deportivos	17	41	9 a 15 años
Juegos deportivos	12	20	9 a 15 años
Taller gestión alimentación menores en el hogar	Transversal	45	Mayores de 18 años
Acompañamiento familiar (seguimiento de los menores)	Mínimo un por menor al semestre	45	Mayores de 18 años

**PINARDI PASEO**

<b>ACTIVIDAD</b>	<b>SESIONES</b>	<b>PARTICIPANTES</b>	<b>EDADES</b>
Calendario de merienda	81	63	6 a 18 años
Alimentación saludable	3	63	6 a 18 años
Dinámica de sensibilización sobre los TCA	1	31	13 a 18 años
Dinámica de cuidado de salud mental	1	25	13 a 18 años
Dinámica de autocuidado	2	25	13 a 18 años
Espacio de acompañamiento individual (tutorías)	Mínimo una trimestral por menor	63	6 a 18 años
Actividad física y juego	14	30	6 a 12 años
Campeonatos deportivos	14	25	13 a 18 años
Taller gestión alimentación menores en el hogar	Transversal	63	Mayores de 18 años
Tutorías familiares	Mínimo una por familia	63	Mayores de 18 años
Talleres grupales para familias (para potenciar sus habilidades personales)	14	12	Mayores de 18 años

**PINARDI NARANJOVEN**

<b>ACTIVIDAD</b>	<b>SESIONES</b>	<b>PARTICIPANTES</b>	<b>EDADES</b>
Calendario de meriendas saludable	119	50	8 a 14 años
Alimentación saludable	2	50	8 a 14 años
Taller urban dance	77	10	14 a 18 años
Espacio de acompañamiento individual (tutorías)	Una por menor (79)	79	8 a 18 años
Autoestima	Transversal	79	8 a 18 años
Autoestima	4	50	8 a 14 años
Autoconcepto	Transversal	79	8 a 18 años
Autoconcepto	2	25	12 a 14 años
Deportes	75	79	8 a 18 años
Taller gestión alimentación menores en el hogar	25	5	Mayores de 18 años
Seguimientos familiares	4 (por persona o familia)	54	Mayores de 18 años

**46****ASOCIACION BARRÓ**

Se ha realizado un taller informativo sobre trastornos alimentarios en la adolescencia (bulimia y anorexia) con un vídeo fórum y debate, en el que participaron 16 adolescentes entre 12 y 16 años, así como un taller de salud sobre hábitos saludables, impartido por profesionales del Centro Municipal de Salud Comunitaria Villa Vallecas, con la participación de 9 adolescentes (de 12 a 17 años).



**FUNDACIÓN TOMILLO**

Se han llevado a cabo acciones con carácter preventivo para evitar los trastornos relacionados con la alimentación. Los contenidos han sido elaborados por un equipo especialista de profesionales, y se han materializado en una programación común para todos los Servicios de atención a la infancia de la Fundación Tomillo. Los objetivos han sido los siguientes:

- ✓ Reconocer y respetar la existencia de diversidad de los cuerpos.
- ✓ Aceptar y valorar el propio cuerpo, reconociendo sus características personales.
- ✓ Identificar qué es ser una persona saludable.
- ✓ Conocer los beneficios relacionados con los hábitos saludables y los riesgos que implica no aplicarlos en la vida diaria.
- ✓ Aprender a reconocer hábitos positivos y negativos para la salud.
- ✓ Tener una visión más realista sobre qué conlleva llevar una vida saludable.

Para dar respuesta a los objetivos planteados, se han llevado a cabo dos talleres diferenciados:

- ✓ Diversidad de cuerpos.
- ✓ Hábitos y rutinas saludables.

**47**

Estos talleres han sido abordados a través de actividades adaptadas a cada edad y mediante el uso de diferentes herramientas tecnológicas (Genially, Canva, etc...).

**USERA**

TALLER/ACTIVIDAD	SESIONES	PARTICIPANTES	EDADES	PROFESIONALES
Diversidad de cuerpos	2	90	6 a 18 años	7
Hábitos y rutinas saludables	2	90	6 a 18 años	7

**VILLAVERDE**

TALLER/ACTIVIDAD	SESIONES	PARTICIPANTES	EDADES	PROFESIONALES
Diversidad de cuerpos	2	70	6 a 18 años	4
Hábitos y rutinas saludables	2	70	6 a 18 años	4

**VEDRUNA-CARABANCHEL**

TALLER/ACTIVIDAD	SESIONES	PARTICIPANTES	EDADES	PROFESIONALES
Diversidad de cuerpos	2	80	7 a 17 años	4
Hábitos y rutinas saludables	2	80	7 a 17 años	4

**LATINA LOS OLIVOS**

TALLER/ACTIVIDAD	SESIONES	PARTICIPANTES	EDADES	PROFESIONALES
Diversidad de cuerpos	2	82	6 a 18 años	4
Hábitos y rutinas saludables	2	82	6 a 18 años	4



**SAN BLAS**

TALLER/ACTIVIDAD	SESIONES	PARTICIPANTES	EDADES	PROFESIONALES
Diversidad de cuerpos	2	68	6 a 18 años	4
Hábitos y rutinas saludables	2	68	6 a 18 años	4

**PUENTE DE VALLECAS EL MADROÑO**

TALLER/ACTIVIDAD	SESIONES	PARTICIPANTES	EDADES	PROFESIONALES
Diversidad de cuerpos	2	66	6 a 17 años	5
Hábitos y rutinas saludables	2	66	6 a 17 años	5

**CONVENIO INJUCAM****FUNDACIÓN AMOVERSE**

TALLER/ACTIVIDAD	SESIONES	PARTICIPANTES	EDADES	PROFESIONALES
Meriendas saludables	2	72	6 a 14 años	4
Comidas en campamentos y fines de semana con pernocta	2	68	6 a 18 años	4

**Meriendas saludables:** se realiza una merienda a mitad de los viernes de ocio, en la que se trata de ofrecer una alternativa saludable y ecológica. Desde un enfoque participativo, se decide qué frutas y galletas comprar, intentando que sean nutritivos. Una vez tomada la decisión, una comisión de niños y adolescentes, acompañados de un educador, procede a la compra de los alimentos intentando que tengan la mínima cantidad de plásticos o material no reciclable.

**Comidas en campamentos y fines de semana con pernocta:** en las actividades de pernocta, ya sea campamentos o fines de semana, se realiza un menú participativo con los niños y adolescentes. Dentro de este menú, se integran dos platos y un postre, sensibilizando y trabajando en por qué elegir unos alimentos u otros y qué nos pueden aportar.

**ASOCIACIÓN EDUCACIÓN CULTURA Y SOLIDARIDAD**

TALLER/ACTIVIDAD	SESIONES	PARTICIPANTES	EDADES	PROFESIONALES
Taller de cocina	1	5	10 a 17 años	4
Día de la alimentación	1	4	8 a 17 años	4
Taller alimentación saludable	1	4	8 a 17 años	4
Pirámide alimenticia	1	4	8 a 17 años	4
Crea tu propio menú saludable	1	4	8 a 17 años	4
Huerto urbano	2	4	8 a 17 años	4

**Taller de cocina:** los niños y adolescentes conocen nuevos alimentos y aprenden a cocinar otros que aportan variedad a sus dietas. Por grupos, tienen una serie de alimentos, una receta que seguir y un tiempo para realizarla. Tras su elaboración, disfrutan de sus platos y pueden darse cuenta de que hay muchas formas de preparar alimentos.

**Día de la alimentación:** en el día mundial de la alimentación, el 16 de octubre, se llevaron a cabo actividades encaminadas a la concienciación de los niños y adolescentes sobre los problemas alimenticios del mundo. Se hizo una actividad de creación de brochetas de fruta, en las cuales cada uno tenía que construir la suya propia con aquellas frutas que más le gustasen, conociendo así otras alternativas de *snacks* saludables. Asimismo, se habló de la importancia que supone no desperdiciar alimentos debido a la gran escasez existente en el mundo.

**Taller alimentación saludable:** con el objetivo general de promoción de la alimentación saludable y actividad física en la infancia, comienza con una lluvia de ideas para ver el conocimiento previo de los niños y adolescentes sobre los alimentos respondiendo a preguntas como: ¿Piensas que consumes todo lo que tu cuerpo necesita para el día? ¿Sabes qué te aportan los alimentos? Enumera los alimentos que debes incorporar en tu alimentación diaria. Tras esta lluvia de ideas, se les muestra la cantidad de alimentos recomendados para niños y adolescentes de su edad y se compara con sus respuestas.

**Pirámide alimenticia:** se les entrega una pirámide sin alimentos y ellos mismos, tras una breve explicación de cada uno de los grupos que forman la pirámide, van completando la pirámide con las fotografías de los alimentos que se les iba entregando. El objetivo específico de esta actividad es conocer los diferentes tipos de alimentos y su procedencia, así como su frecuencia de consumo y su distribución en la pirámide de la alimentación. A lo largo de la misma, han podido trabajar la pirámide alimenticia, un recurso que deben conocer los niños y adolescentes para aprender a llevar una alimentación saludable y una dieta equilibrada.

**Crea tu propio menú saludable:** este juego tiene como finalidad acercar el concepto de alimento, plato y menú saludable a los niños y adolescentes. Aprenden a clasificar los diferentes alimentos (proteína, vegetal, cereal), a distinguir lo saludable de lo no tan saludable y fomenta la creatividad, al tener que crear distintas combinaciones de platos, sobre todo en las meriendas y desayunos.

**Huerto urbano:** se han realizado dos salidas con los grupos de niños y adolescentes al huerto urbano del barrio. Estas salidas entran dentro de los talleres en materia de prevención de la conducta alimentaria, pues conocer cómo se cultivan y de dónde vienen los alimentos que consumimos es un primer paso para plantearse qué es una alimentación sostenible y saludable.

#### CENTRO LA TORRE DE HORTALEZA

TALLER	SESIONES	PARTICIPANTES	EDADES	PROFESIONALES
Desarrollo de ODS3 (salud) en actividades de participación	3	49	6 a 12 años	2
Dinámicas de hábitos saludables (normas y reglas)	8 (una por grupo)	49	6 a 12 años	2
Dinámicas de hábitos saludables (normas y reglas)	8 (una por grupo)	20	12 a 18 años	2

**Dinámicas de hábitos saludables:** se realizó una sesión con cada grupo para establecer normas y hábitos saludables, buscando una reflexión sobre la adquisición de hábitos saludables, que se desarrollen durante el transcurso de la temporada.



**ASOCIACIÓN ALACRÁN**

TALLER	SESIONES	PARTICIPANTES	EDADES	PROFESIONALES
Meriendas saludables	12	24	6 a 17 años	2
Taller de alimentación saludable	1	10	12 a 13 años	1

**Meriendas saludables:** todos los niños y adolescentes del Centro de Tarde reciben una merienda saludable todos los días que acuden a la actividad. Además, en las salidas de ocio y tiempo libre, se reparten meriendas a los participantes. Esta merienda siempre está compuesta, como mínimo, de una pieza de fruta, dependiendo de la temporada, y otros alimentos saludables como pavo, queso, etc.

**Taller de alimentación saludable:** taller participativo a modo de debate, en el que el formador explica una serie de conceptos fundamentales relacionados con la alimentación y la nutrición. Trata de guiar toda la sesión a que los niños y adolescentes entiendan la alimentación saludable como parte fundamental de su desarrollo y salud, y no como parte de su aspecto físico. Además, se trató de desmentir algunos mitos relacionados con este tema, dando respuesta a inquietudes y dudas de los participantes.

**ASOCIACIÓN AVENTURA 2000**

Se han realizado ocho sesiones en relación con actividades preventivas, dinámicas sobre la percepción del cuerpo, aceptación de la imagen, diversidad de cuerpos y los cambios según cada una de las franjas de edad, para participantes entre los 8 a 17 años.

Las sesiones han sido bien acogidas por los niños y adolescentes, se han trabajado los objetivos propuestos y han sido bien valoradas por el equipo educativo.

**ASOCIACIÓN CAMINAR**

Desde los diferentes proyectos se trabaja en sesiones y talleres relacionados con los hábitos saludables, con dinámicas basadas en mantener una buena alimentación, clasificación de los alimentos a través de la pirámide alimenticia, nutrientes que aportan los alimentos, etc. Además, desde las actividades deportivas (fútbol, boxeo, juegos en la calle, etc.) se fomentan dichos hábitos saludables. El enfoque transversal ha hecho que en todos los proyectos se trabaje un objetivo en común.

**ASOCIACIÓN CIUDAD JOVEN**

TALLER	SESIONES	PARTICIPANTES	EDADES	PROFESIONALES
Meriendas saludables	38	12	6 a 11 años	2
Taller de hábitos alimentarios saludables	2	12	6 a 11 años	2
Autopercepción y autoconcepto	2	12	6 a 11 años	2

**Meriendas saludables:** diariamente se ofrece una merienda saludable (fruta y leche) a todos los niños y adolescentes.

**Taller de hábitos alimentarios saludables:** se ha desarrollado un taller mensual en el que se ha trabajado la pirámide de la alimentación, mediante un taller de cocina con muchos de los alimentos que recoge la pirámide.

**Autopercepción y autoconcepto:** se han desarrollado dos talleres para trabajar estos dos aspectos a través de dinámicas y *role playing*.

## CENTRO SOCIOEDUCATIVO JARA

TALLER	SESIONES	PARTICIPANTES	EDADES	PROFESIONALES
Taller sobre estilos de alimentación	2	30	14 a 17 años	2
Meriendas saludables	3	68	6 a 17 años	3
Taller de autoestima y autoaceptación	2	30	14 a 17 años	2
Taller sobre normatividad física	1	30	14 a 17 años	2

**Talleres sobre estilos de alimentación:** se han desarrollado dos talleres sobre los distintos tipos de alimentación, cómo afecta la alimentación y cómo poder comer de forma saludable, vigilando el exceso de azúcar, el exceso o el déficit de calorías, etc.

## ASOCIACIÓN NAZARET

TALLER	PARTICIPANTES	EDADES	PROFESIONALES
Meriendas saludables	13	8 a 16 años	2
Semana participativa "vida saludable"	13	8 a 16 años	2
	7	29 a 80 años	2

51

Ambos talleres se han llevado a cabo con el objetivo de concienciar y sensibilizar sobre la importancia de mantener una alimentación saludable. Por otro lado, se han ofrecido herramientas y alternativas de cambios vitales que favorezcan una mayor salud física, tanto para los menores como para sus familiares adultos. Ambos talleres han tenido una buena acogida y los participantes se han mostrado receptivos en las actividades planteadas, sobre todo los menores. Las familias se han mostrado un poco más resistentes, en cuanto a poner conciencia en la necesidad de llevar una vida saludable, justificando la falta de tiempo en muchos casos.

## ASOCIACIÓN CULTURAL TALLOCC

TALLER	SESIONES	PARTICIPANTES	EDADES	PROFESIONALES
Meriendas saludables	180	24	6 a 17 años	2
Taller de alimentación saludable	5	24	6 a 17 años	2
Taller informativo TCA	3	14	12 a 17 años	2

**Meriendas saludables:** cada actividad diaria que se realiza en el local cuenta con un espacio de merienda saludable, en el que se prueban diferentes alimentos y se trabajan de manera transversal



factores como las cantidades y la composición de la comida. Además, se trabaja la identificación de alimentos saludables en las sesiones en las que deben elegir meriendas para próximas semanas.

**Taller de alimentación saludable:** una vez al año, con cada grupo de infancia, se realiza un taller informativo en el que se explican los conceptos básicos como las kilocalorías, los nutrientes y la pirámide de alimentación saludable.

**Taller informativo TCA:** con los grupos de adolescentes, se realiza una sesión orientada a conocer los trastornos de conducta alimentaria más comunes y a quién acudir en caso de necesitarlo.

Dentro de la actividad de PEIS (**Proyecto Educativo Individualizado**), se realizan atenciones individualizadas, en relación con este aspecto, con aquellas personas que las requieren.

#### ASOCIACIÓN VALDEPERALES

TALLER/ACTIVIDAD	SESIONES	PARTICIPANTES	EDADES	PROFESIONALES
Meriendas saludables	10	26	6 a 17 años	3
Taller de alimentación saludable	2 (anual)	26	6 a 17 años	2

Desde hace ya varios años, en aquellos actos o actividades en los que se incluye merienda, la entidad ha decidido optar por unas meriendas más saludables, intentando eliminar productos clásicos como bebidas carbonatadas, bollería industrial o *snacks*.

Además, se han realizado diferentes sesiones específicas con los niños y adolescentes para explicar y contar qué es una comida saludable. En estos talleres se desarrollan actividades para enseñarles a comer de una forma saludable y también se trabajan hábitos de higiene. En concreto, se han trabajado los siguientes temas:

- ✓ ¿Qué se debe de comer y beber?
- ✓ Alimentos y bebidas que deben limitarse.
- ✓ Trucos para comer mejor.
- ✓ La importancia de la actividad física.

## 4.6. ÁREA JUVENTUD

---

El **CENTRO REGIONAL DE INFORMACIÓN Y DOCUMENTACIÓN JUVENIL**, órgano de coordinación de información juvenil que asesora y ofrece información directa a los 395 servicios de información juvenil que integran la Red de Información Juvenil de la Comunidad de Madrid, pone a disposición de los jóvenes madrileños la documentación e información existente en materia de trastornos alimentarios, editándose a lo largo del año varios boletines de novedades documentales.

Los estudios sobre Trastornos del Comportamiento Alimentario incluidos en los boletines de 2022 han sido los siguientes.

### Boletín de novedades N. 9, enero 2022

<http://www.madrid.org/bvirtual/BVCM050112-2022-01.pdf>

- ✓ *El impacto de la pandemia por covid-19 y del confinamiento en las alteraciones alimentarias y el malestar emocional en adolescentes y jóvenes de España.*

Vall-Roqué, Helena; Andrés, Ana; Saldaña, Carmina.

Behavioral psychology = Psicología conductual. V. 29, N. 2 (sept. 2021), p. 345-364

Bibliografía.

1. Salud mental y emocional. 2. Depresión. 3. Trastornos del comportamiento alimentario. 4. Covid-19. 5. Juventud. 6. Adolescencia.

- ✓ *Estudio Aladino 2019. Estudio sobre alimentación, actividad física, desarrollo infantil y obesidad en España. Informe breve.*

Agencia de Seguridad Alimentaria y Nutrición.

Madrid: Ministerio de Consumo, 2020.

1. Dietética y nutrición. 2. Infancia. 3. Hábitos alimentarios. 4. Obesidad.

### Boletín de novedades N. 11, julio 2022

<https://gestion3.madrid.org/bvirtual/BVCM050112-2022-11.pdf>

- ✓ *Una mirada a la salud mental de los adolescentes. Claves para comprenderlos y acompañarlos.*

Dolz, Montse, coord.; Camprodon, Ester, coord.

Tarbal, Arian, coord. Stringaris, Argyris... [et al.], aut.

Esplugues de Llobregat (Barcelona): Faros Sant Joan de Déu, 2021.

1. Psicología de la adolescencia. 2. Salud mental y emocional. 3. Familia. 4. Tecnologías de la información y de la comunicación. 5. TDAH. 6. Depresión. 7. Anorexia. 8. Bulimia. 9. Autismo.

## Boletín de novedades N. 12, octubre 2022

<https://gestion3.madrid.org/bvirtual/BVCM050112-2022-12.pdf>

- ✓ *Desigualdad alimentaria en adolescentes: una revisión de la literatura científica*  
Rivera Navarro, Jesús.  
En: Acciones e Investigaciones Sociales. ISSN-e 2340-4507. N. 42 (2021), p. 77-94  
1. Salud. 2. Dietética y nutrición. 3. Adolescencia. 4. Barrio. 5. Desigualdad social.
- ✓ *Informe del estado de salud de la población de la Comunidad de Madrid 2016.*  
Madrid: Consejería de Sanidad, Dirección General de Salud Pública, 2017.  
1. Salud. 2. Jóvenes. 3. Tercera Edad. 4. Natalidad. 5. Mortalidad. 6. Deporte. 7. Alimentación. 8. Obesidad. 9. Alcohol. 10. Tabaco. 11. Drogas. 12. Interrupción voluntaria del embarazo. 13. Sexualidad. 14. Enfermedades. 15. Violencia de género. 16. Sociología de la juventud. 17. Madrid, comunidad.

Desde septiembre de 2018, en que dejó de funcionar la página web “infojoven”, se enlaza a través del portal único de la Comunidad de Madrid, donde se redirige a la información sobre este tema de la Consejería de Sanidad sobre trastornos del comportamiento alimentario.

<https://www.comunidad.madrid/servicios/salud/trastornos-conducta-alimentaria>

54

Por su parte, el **SERVICIO DE FORMACIÓN PARA LA INTERVENCIÓN SOCIO-EDUCATIVA** con jóvenes, en su programación anual, incluye cursos sobre prevención de trastornos alimentarios.

Concretamente, entre el 11 y 27 de octubre, y con una duración de 24 horas, se ha realizado el curso *Prevención de trastornos alimentarios en jóvenes* con el objetivo de conocer y manejar los trastornos de la conducta alimentaria y, así, poder trabajar en prevención, detección y actuación con población infanto-juvenil, y los siguientes objetivos específicos:

- ✓ Aprender nociones básicas sobre hábitos saludables de alimentación.
- ✓ Tener conocimiento sobre el desarrollo evolutivo en edades comprendidas entre 10 y 18 años.
- ✓ Adquirir conocimientos sobre los trastornos de la conducta alimentaria y obesidad infanto-juvenil.
- ✓ Disponer de la información necesaria para poder detectar un posible caso de trastorno de alimentación.
- ✓ Conocer pautas de actuación ante un posible caso de trastorno de alimentación en el ámbito socio-educativo.
- ✓ Fomentar habilidades de comunicación necesarias para trabajar con las familias de jóvenes en riesgo.



- ✓ Detectar los peligros de las nuevas tecnologías respecto a los trastornos de alimentación.
- ✓ Conocer los recursos asistenciales para el inicio o apoyo al tratamiento.
- ✓ Saber elaborar un programa de prevención de trastornos de alimentación en el ámbito socio-educativo.

Para ello, se abordaron los contenidos siguientes:

- ✓ Pirámide de la alimentación.
- ✓ Ideas erróneas y falsos mitos sobre métodos de adelgazamiento.
- ✓ Fases evolutivas de los 10 a los 18 años.
- ✓ Definición de trastorno de la conducta alimentaria, tipos, características y causas.
- ✓ Obesidad.
- ✓ Señales de alarma ante un trastorno de alimentación.
- ✓ Pautas de actuación ante un posible trastorno de alimentación.
- ✓ Estilos educativos y tipos de familia.
- ✓ Cómo comunicarnos con una familia ante un posible trastorno de alimentación.
- ✓ Nuevas tecnologías: páginas que promueven los trastornos de alimentación.
- ✓ Recursos de los que dispone la Comunidad de Madrid para el diagnóstico y tratamiento de los trastornos de alimentación.
- ✓ ¿Qué es un programa de prevención?
- ✓ Aspectos a tratar en un programa de prevención.
- ✓ Errores a evitar en prevención.
- ✓ Actividades para incluir en un programa de prevención.

55

Con una metodología teórico-práctica, las clases se dividen en dos partes diferenciadas. A la exposición de contenidos teóricos, le sigue la utilización de casos prácticos con vídeos, documentales, técnica *role playing*, dinámicas de grupo y puestas en común.



## 4.7. ÁREA SANIDAD

### 4.7.1. SALUD PÚBLICA

#### SERVICIO DE ASESORAMIENTO NUTRICIONAL DEL MENÚ ESCOLAR

En la Comunidad de Madrid alrededor del 60% de los alumnos recurren al servicio de comedor para realizar la comida principal, debido a las largas distancias de los centros escolares al domicilio familiar, los nuevos sistemas de organización familiar, la incorporación de la mujer al mercado laboral, etc.

La edad escolar es un periodo en el que no sólo se debe proporcionar un aporte adecuado de energía y nutrientes, para garantizar un buen estado nutricional, sino que es una etapa decisiva para instaurar unos hábitos y comportamientos alimentarios que perduren en el tiempo y se mantengan en la edad adulta. En este sentido el comedor escolar desempeña una función educativa y debe servir para fomentar una dieta variada y equilibrada, así como fomentar la diversidad gastronómica, cuidando la textura y la forma de presentación de los platos, para favorecer así su aceptación entre los más pequeños.

Debido a los problemas existentes de sobrepeso y obesidad que actualmente se dan entre los escolares, la Consejería de Sanidad de la Comunidad de Madrid lleva a cabo distintas acciones encaminadas al **fomento de hábitos alimentarios saludables** que permitan la prevención de ciertas enfermedades, como son el sobrepeso y la obesidad.

Una de estas actividades se está llevando a cabo desde el año 2009, ofreciendo a los centros educativos un Servicio de Asesoramiento Nutricional del Menú Escolar dirigido a los responsables de la planificación y autoevaluación de los menús escolares en los Centros Educativos. La aplicación fue adaptada en el año 2013 para ampliarlo a escuelas infantiles, cuyos escolares tienen una edad entre 18 meses y 3 años.



El objetivo es facilitar la implantación de menús saludables que cumplan con las recomendaciones nutricionales establecidas en el periodo escolar, fomentando así una dieta variada y equilibrada, así como promoviendo la función educativa.

Esta aplicación está gestionada por el Área de Nutrición y Estilos de Vida de la Subdirección General de Prevención y Promoción de la Salud de la Dirección General de Salud Pública, y su funcionamiento es supervisado por técnicos especialistas en la materia. El Servicio de Asesoramiento comprende tres herramientas diferentes:

- ✓ La aplicación informática, que ofrece información sobre la idoneidad de los menús escolares que se sirven en el comedor del centro. Esta aplicación permite introducir los menús mensuales y así comprobar y supervisar la calidad nutricional de la comida que se sirve en el comedor, asegurando un adecuado aporte de energía y nutrientes al alumnado y el fomento de una dieta variada y equilibrada.
- ✓ Mail de consultas, donde se resuelven dudas tanto de tipo administrativo como consultas de tipo nutricional: [menuescolar@salud.madrid.org](mailto:menuescolar@salud.madrid.org).
- ✓ El acceso a la aplicación informática se hace a través del portal web <http://comunidad.madrid/servicios/salud/asesoramiento-nutricional-menu-escolar>, en el que también se puede consultar información sobre alimentación infantil, recomendaciones de consumo de alimentos en el comedor escolar, alergias alimentarias, legislación y publicaciones sobre nutrición dirigidas a escolares, entre otros temas.

57

La aplicación informática Menús Escolares está diseñada atendiendo a distintos tipos de usuarios:

- ✓ Usuarios domésticos: responsables que introducen datos relacionados con menús mensuales desde el colegio. La aplicación está prevista para un usuario por centro educativo, no existe un usuario "genérico" para utilizarla, cada usuario tiene el nombre de un centro educativo y las claves solo se asignan a los equipos directivos de los mismos.
- ✓ Usuarios administradores: técnicos de la Subdirección General de Prevención y Promoción de la Salud de la Dirección General de Salud Pública, encargados de la valoración de los menús escolares, de la introducción de platos nuevos, así como de las gestiones que implica este proceso.

## SOLICITUDES DE IDENTIFICADOR DE CENTRO

Para darse de alta en el servicio, en el apartado de la web antes citada, se debe introducir el código de centro de la Consejería de Educación correspondiente al centro educativo, junto con el identificador del centro de la Consejería de Sanidad

En el caso de no disponer del Identificador del Centro, que en su día facilitó la Consejería de Sanidad a los centros educativos, en este apartado web existe un enlace con el mail al que se pueden dirigir para solicitarlo. Dicha solicitud se debe hacer desde el mail institucional del centro.



Desde el 1 de enero al 31 de diciembre de 2022, se han recibido **28 nuevas solicitudes** de identificador de 4 centros públicos, privados y concertados y 24 solicitudes de escuelas infantiles.

#### SOLICITUDES DE ALTA AL SERVICIO

Una vez que se dispone del Identificador de Centro, los centros educativos realizan la solicitud de alta, enviando un formulario con los datos referentes al centro, junto con los datos del director del mismo. Entre el 1 de enero y el 31 de diciembre de 2022, las solicitudes de alta en el Servicio recibidas han sido un total de **30 nuevos centros**, 5 centros escolares públicos, 5 privados y concertados y 20 escuelas infantiles.

#### VALIDACIONES DE MENÚS

Una vez gestionada el alta en la aplicación, se les proporcionan sus claves de acceso, lo que les permite introducir los menús y solicitar la validación de los mismos.

Las solicitudes de validación del menú escolar por parte del centro educativo llegan al mail de [menuescolar@salud.madrid.org](mailto:menuescolar@salud.madrid.org) y los técnicos del Servicio revisan el menú, valorando frecuencia de consumo de los grupos de alimentos, estructura del menú, en cuanto a primer plato, segundo plato, guarnición complementaria al primer plato y postre y la variedad e idoneidad de los platos introducidos.

Durante este período se han realizado **197 validaciones** de **menús escolares**, 63 corresponden a centros escolares y 134 a escuelas infantiles.

En las siguientes tablas se recoge la composición de los menús de los comedores en el curso escolar 2022/2023 valorados por este Servicio y su comparación con las recomendaciones marcadas por la Consejería.

#### Centros Educativos

Grupo de alimentos	Número de raciones ofertadas/semana	Recomendación de consumo/semana
Verduras y hortalizas	4,79	4-5*
Legumbre	1,43	1-2
Patatas	1,60	1-2**
Pasta y arroz	1,05	1-3
Carne y derivados	1,85	1-2
Pescado	1,90	1-2
Huevos	0,74	1
Precocinados	<1 vez a la semana	0-1
Fruta natural	3,98	4-5
Leche y derivados	2,80	2-5

**Escuelas Infantiles**

Grupo de alimentos	Número de raciones ofertadas/semana	Recomendación de consumo/semana
Verduras y hortalizas	5,28	4-5*
Legumbre	1,07	1-2
Patatas	1,83	1-2**
Pasta y arroz	1,14	1-3
Carne y derivados	1,95	1-2
Pescado	1,58	1-2
Huevos	1,57	1
Precocinados	<1 vez a la semana	0-1
Fruta natural	4,26	4-5
Leche y derivados	2,87	2-5

\* Como plato principal mínimo 1 ración a la semana

\*\* Como plato principal 1-2 raciones a la semana y como guarnición 0-1 ración a la semana

**SOLICITUDES DE NUEVOS PLATOS**

El Sistema de Información de Salud Pública y Alimentación dispone de una base de datos con 1.609 platos, entre primeros, segundos, guarniciones, postres, pan y agua.

El centro educativo tiene la opción, en el momento en el que está introduciendo el menú, de solicitar nuevos platos que no aparezcan en dicha base de datos, generando un mensaje que llega a [menuescolar@salud.madrid.org](mailto:menuescolar@salud.madrid.org).

Durante el período comprendido entre el 1 de enero y el 31 de diciembre de 2022 se han recibido 8 solicitudes de nuevos platos.

GESTIÓN DE CONSULTAS VÍA MAIL [menuescolar@salud.madrid.org](mailto:menuescolar@salud.madrid.org)

Desde el correo menuescolar, además de recibir solicitudes de Identificador de centro, de alta, validaciones de menús y solicitudes de nuevos platos, también se reciben numerosas preguntas relacionadas con menús escolares, en cuanto a dudas sobre alimentos, recomendaciones de menús, legislación, alergias alimentarias en niños, peticiones de publicaciones, etc.

Por otro lado, se reciben peticiones de Identificador de centro y solicitudes de alta al servicio de usuarios no contemplados en la aplicación, como particulares, empresas de catering, asociaciones de madres y padres de alumnos, escuelas infantiles de 1<sup>er</sup> ciclo, etc.; a todas ellas se les da respuesta, enviándola a través de dicho correo.

Entre el 1 de enero y el 31 de diciembre de 2022 se han recibido un total de 386 consultas en dicho mail, gestionadas por el Servicio de Asesoramiento Nutricional del Menú Escolar.

PORTAL WEB <http://comunidad.madrid/servicios/salud/asesoramiento-nutricional-menu-escolar>



La tercera herramienta de que dispone el Servicio de Asesoramiento Nutricional del Menú Escolar es un portal web a través del cual se accede a la aplicación informática, y en el que además se puede consultar, por medio de sus distintas pestañas, información acerca de recomendaciones generales sobre alimentación infantil, recomendaciones sobre el consumo mensual en el comedor, consejos a la hora de planificar el menú escolar, cómo adaptar los menús en las distintas edades, menús para alergias alimentarias, legislación sobre comedores escolares, donde se puede consultar la normativa que regula el funcionamiento de los comedores escolares públicos de Educación Primaria, así como las publicaciones de la Consejería de Sanidad, tanto las dirigidas a escolares como otras publicaciones de interés dentro del ámbito de la alimentación y nutrición.

## DESAYUNOS SALUDABLES

El programa “Desayunos Saludables e Higiene Bucodental” engloba un conjunto de actividades de Educación para la Salud, diseñadas por la Dirección General de Salud Pública de la Consejería de Sanidad, que se realizan en los centros escolares de educación infantil y primaria (centros educativos públicos y concertados de la Comunidad de Madrid), por los profesionales sanitarios de los Centros de Salud, de los Servicios de Salud Pública y de los Ayuntamientos implicados.



60

En los dos últimos cursos escolares (campañas 2020 y 2021) este proyecto no pudo llevarse a cabo, debido a la situación provocada por la covid-19. Por un lado, las medidas higiénico sanitarias excepcionales exigían la adaptación de las actividades en los centros educativos y, por otro, no se podía garantizar la presencia de profesionales sanitarios para el desarrollo de las sesiones.

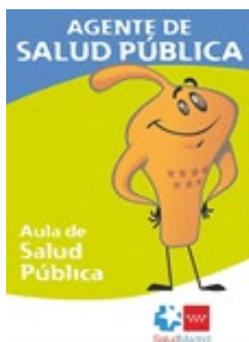
En la campaña de 2022, se ha podido retomar en **26 centros educativos** de titularidad pública y concertada de la Comunidad de Madrid que imparten **Educación Primaria**, que contaban con profesionales sanitarios propios.

El número total de alumnos participantes en esta campaña de Desayunos Saludables e Higiene Bucodental ha sido de **2.721 alumnos**.

## AULA DE SALUD PÚBLICA

El currículum escolar recoge la importancia de la promoción de la actividad física y la dieta equilibrada, estando presentes diferentes temas relacionados con el cuerpo humano y la salud. El currículum se estructura en adquisición de competencias, que integran el saber, saber hacer y saber ser.





Para la realización de actividades efectivas de promoción de una vida saludable en la infancia no es suficiente la transmisión de teoría (el saber); además son necesarias actividades interactivas para la adquisición de habilidades (saber hacer) y entornos o experiencias significativas que faciliten cambio en las actitudes (saber ser).

El objetivo es **promover** los **estilos** de **vida saludables** en la **infancia** mediante la participación en talleres de educación para la salud en un entorno específico fuera del aula que apoya el trabajo de promoción de la salud que se realiza en los centros educativos de la Comunidad de Madrid.

Esta actividad, que había cesado consecuencia de la situación epidemiológica, se ha retomado en 2022, iniciándose las visitas al aula en octubre 2022, con una participación de un total de **8 centros educativos**, **224 alumnos** y **223 alumnas** de 4º y 5º de Educación Primaria.

A su vez se han dado respuesta a 222 consultas recibidas en el correo institucional [areadenutricion@salud.madrid.org](mailto:areadenutricion@salud.madrid.org).

## PROGRAMA “SALUDATUVIDA” DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD EN CENTROS EDUCATIVOS

61

Programa integral de prevención y promoción de la salud en la escuela que, mediante actividades de educación para la salud, realizadas dentro del aula y dinamizadas por el propio profesorado con material de apoyo digital, escrito o audiovisual, pretende concienciar al alumnado sobre los beneficios de los hábitos saludables.

El objetivo del Programa busca **fomentar** el desarrollo de **estilos de vida saludable** y el **bienestar emocional** en la **infancia** y la **adolescencia** como parte primordial de la educación integral.

Está dirigido a todo el alumnado de segundo ciclo de Educación Infantil, Educación Primaria, Educación Secundaria Obligatoria y Formación Profesional Básica, que abarca con carácter general desde los 3 a los 16 años, de todos los centros educativos de la Comunidad de Madrid que voluntariamente desean adherirse al programa.



En el año 2022 se han desarrollado la quinta y la sexta edición del Programa, en la que han participado **307 profesores** y **74 centros educativos**.

El correo institucional [saludatuvida@salud.madrid.org](mailto:saludatuvida@salud.madrid.org) ha gestionado más de 1.000 consultas.



## INFORMACIÓN SOBRE HÁBITOS SALUDABLES EN LA WEB DE LA COMUNIDAD DE MADRID

La alfabetización en salud facilita que la población pueda tomar control sobre su propia salud y la de sus familiares. A través de la web institucional se pone a disposición de la población información de calidad relacionada con la salud en general, y con los estilos de vida de la infancia y adolescencia en particular.

Dentro de esta web, y dada la importancia de actuar en la difusión de conocimientos sobre estilos de vida saludable, entre los distintos contenidos se indican a continuación algunos de los dirigidos a población infantil y adolescente.

- ✓ **Alimentación infantil:** en este caso se dan recomendaciones para la etapa infantil y adolescente, proponiendo ejemplos de menús, así como una orientación acerca de las frecuencias de raciones recomendadas de cada alimento.  
<https://www.comunidad.madrid/servicios/salud/alimentacion-infantil>
- ✓ **Adolescencia y hábitos saludables:** en este contenido web se dan las pautas sobre cómo seguir unos hábitos saludables en esta etapa de la vida, incidiendo en pautas alimentarias, práctica de actividad física y consejos para sentirse bien en el terreno del bienestar emocional.  
<https://www.comunidad.madrid/servicios/salud/adolescencia-habitos-saludables>
- ✓ **Trastornos de la conducta alimentaria:** este contenido incluye secciones como qué son estos trastornos, síntomas y signos de alerta, así como prevención desde la familia y centros educativos, entre otros.  
<https://www.comunidad.madrid/servicios/salud/trastornos-conducta-alimentaria>
- ✓ **Bienestar emocional y salud:** en este contenido se presentan las claves para gozar de bienestar emocional, además de tratar las diferentes emociones, el estrés, el sueño y las relaciones con los demás.  
<https://www.comunidad.madrid/servicios/salud/bienestar-emocional-salud>
- ✓ **Alimentación saludable:** ofrece las claves para alimentarse de forma saludable así como la frecuencia de consumo y el tamaño de las raciones adecuado para cada grupo de alimentos.  
<https://www.comunidad.madrid/servicios/salud/alimentacion-saludable>
- ✓ **Dieta mediterránea:** en este contenido se describen las características de la dieta mediterránea y se enumeran los beneficios que supone para la salud el llevarla a cabo.  
<https://www.comunidad.madrid/servicios/salud/dieta-mediterranea>
- ✓ **Mantente activo por tu salud:** recalca la importancia de ser activo por la salud, tanto en la etapa adulta como infancia y adolescencia, con diferentes recomendaciones adaptadas a estas etapas.  
<https://www.comunidad.madrid/servicios/salud/mantente-activo-tu-salud>

- ✓ **Actividad Física y Salud:** este contenido informa sobre los conceptos de actividad física, sedentarismo, inactividad física, además de tratar la condición física, los diferentes tipos de actividad física, los beneficios de realizarla o diferentes recomendaciones.  
<https://www.comunidad.madrid/servicios/salud/actividad-fisica-salud>
- ✓ **Recomendaciones para la práctica de actividad física saludable:** Se ofrecen recomendaciones generales para hacer ejercicio, practicar un deporte y cómo iniciar la práctica si no estamos habituados a ella para hacerlo de manera progresiva. Incluye recomendaciones por etapas vitales: infancia y adolescencia, adultos, mayores y mujeres embarazadas. Se trata de un decálogo resumen de recomendaciones.  
<https://www.comunidad.madrid/servicios/salud/recomendaciones-practica-actividad-fisica-saludable>

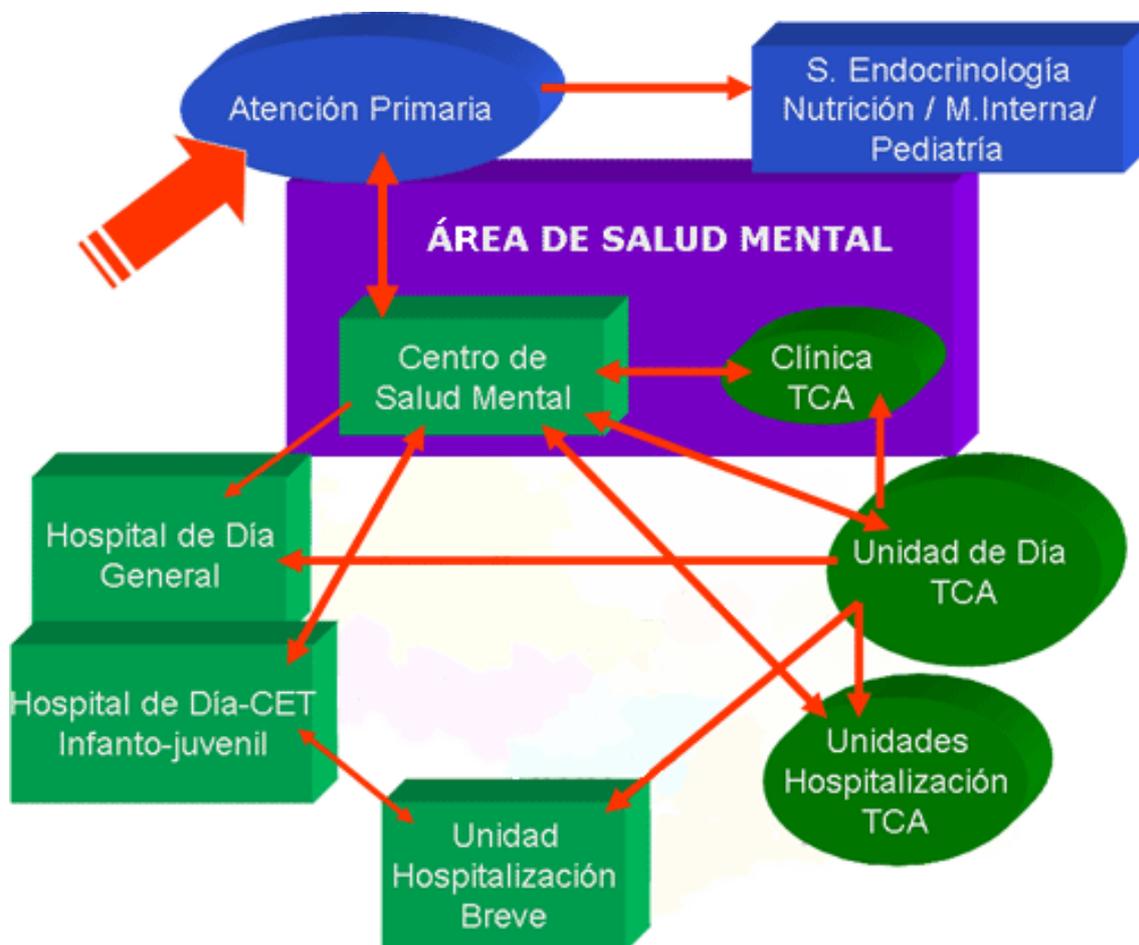
### INFORMACIÓN Y ORIENTACIÓN SOBRE ABORDAJE DE MENORES CON TCA

En el correo [vidasaludable@salud.madrid.org](mailto:vidasaludable@salud.madrid.org) se ha dado respuesta a un total de **79 consultas** realizadas, en las que se solicitaba ayuda para afrontar **trastornos** del **comportamiento alimentario** por parte de familiares, profesores o las propias personas afectadas.

## 4.7.2. ASISTENCIA SANITARIA

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, 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 Infantil Universitario Niño Jesús.
- ✓ Unidad de Trastornos de la Conducta Alimentaria del Hospital Universitario Santa Cristina.
- ✓ Unidad de Trastornos de la Personalidad y de la Conducta Alimentaria del Hospital Universitario Clínico San Carlos.
- ✓ Clínica de Trastornos de la Conducta Alimentaria del Hospital Universitario de Móstoles.
- ✓ Clínica de Trastornos de la Conducta Alimentaria del Hospital Universitario Gregorio Marañón.
- ✓ Unidad de Hospitalización del Hospital Universitario Ramón y Cajal.
- ✓ Programa de Trastornos de la Conducta Alimentaria del Hospital Universitario La Paz.
- ✓ Servicios de Psiquiatría, de Endocrinología, de Nutrición y de Pediatría de los hospitales.

65

A esta red se suma la Unidad de Media Estancia específica para Trastornos del Comportamiento Alimentario en el Centro San Juan de Dios de Ciempozuelos, con camas para adultos y camas para menores, que desarrolla un trabajo intensivo en pacientes de especial complejidad y con múltiples recaídas.



**4.7.3. ATENCIÓN PRIMARIA**

Se recogen en la siguiente tabla las coberturas de los servicios de la Cartera de Servicios Estandarizados en Atención Primaria, que abordan aspectos relacionados con la Alimentación y los Trastornos del Comportamiento Alimentario.

SERVICIO	DESCRIPCIÓN	PERSONAS INCLUIDAS	COBERTURA
Promoción de hábitos saludables en infancia		667.024	67,56 %
	Consejo alimentación menores de 1 año	45.417	95,95 %
	Consejo alimentación de 1 a 14 años	450.223	93,54 %
Promoción de la salud en la adolescencia		16.667	21,89 %
	Anamnesis o valoración funcional	2.193	13,16 %
	Consejo, información o refuerzo	3.018	18,11 %
Atención a la mujer embarazada		51.917	94,20 %
	Captación antes 12 semanas	31.540	60,75 %
	Valoración de riesgo obstétrico	37.575	72,38 %
	Plan de actuación primer trimestre	28.417	90,10 %
	Plan de actuación segundo y tercer trimestre	19.099	49,38 %
Visita puerperal		33.781	61,29 %
	Visita primeros 15 días	30.414	90,03 %
	Valoración funcional	32.047	94,87 %
	Exploración física	28.588	84,63 %
	Plan de cuidados puérpera	31.183	92,31 %
	Plan de cuidados recién nacido	29.840	88,33 %
Promoción de estilos de vida saludable en adulto		1.892.281	30,64 %
	Anamnesis o valoración funcional	1.148.808	60,71 %
	Consejo, información o refuerzo	1.306.568	69,05 %

La cobertura hace referencia al número de personas que cumplen los criterios de inclusión de cada servicio respecto del total de personas susceptibles de recibir dicho servicio

Dentro del Servicio de Educación para la Salud en centros educativos, un total de **966 profesionales sanitarios** de los centros de salud han realizado **239 talleres** de educación para la salud en **139 centros educativos**, abordando los estilos de **vida saludable** y, en concreto, la

**alimentación**. Estos talleres, dirigidos a los alumnos, padres, madres y/o profesorado, con un alcance de **9.713 asistentes**, han tenido un total de **786 sesiones**.

En el marco del Servicio de Educación para la Salud con grupos, se han realizado **833 talleres** educativos en los que se han abordado los **estilos de vida** y, en concreto, la **alimentación**. Dirigidos a todas las etapas vitales (infancia, adolescencia, etapa adulta y personas mayores) y , con un alcance de **11.824 asistentes**, se han desarrollado un total de **4.248 sesiones**.

Se han realizado también **366 talleres** educativos de **lactancia** y **crianza**, con un total de **1.659 sesiones**, en los que se ha abordado la **alimentación** de forma específica con **4.508 mujeres**.

Desde los centros de salud se colabora y participa en distintas campañas saludables. Así, partiendo de los contenidos de la Campaña de **Desayunos Saludables**, se han realizado **16 talleres** y **41 sesiones** en 8 centros educativos de titularidad pública y concertada de Educación Primaria que no cuentan con profesionales sanitarios propios, alcanzando a una población de **731 alumnos**.

Dentro del servicio de intervenciones comunitarias, que se desarrollan de forma puntual con distintos grupos para informar y/o sensibilizar en el cuidado de la salud, bienestar y/o calidad de vida, se han realizado **18 intervenciones comunitarias** de **sensibilización** ciudadana a propósito de días mundiales, europeos y/o internacionales de la temática **alimentación**.

Además, con el objetivo de **mejorar** la gestión de los recursos en el abordaje de la **alimentación saludable**, se han realizado **4 programas comunitarios** para establecer coordinación y colaboración entre los centros de salud y otros 9 agentes comunitarios de las zonas básicas de salud, manteniendo 58 reuniones anuales para influir en la organización de los servicios orientados a la alimentación saludable.

Por otra parte, la Gerencia de Atención Primaria ha diseñado una **web** específica para poder prescribir información fiable dentro del apartado Cuide su Salud, donde se puede encontrar información de los recursos educativos y activos en salud de los espacios web fiables y de interés en la Comunidad de Madrid (la búsqueda puede realizarse bien a través de estilos de vida saludable -alimentación- o bien a través de la etapa vital en la se encuentre el ciudadano).



Los profesionales de Atención Primaria han formado parte de distintos grupos de trabajo para la elaboración de contenidos educativos que se han digitalizado e incluido en la plataforma de la Escuela Madrileña de Salud. En esta misma línea, se ha fomentado la prescripción de cursos y videos educativos digitalizados desde las consultas de Atención Primaria prescribiendo materiales educativos digitalizados.

#### 4.7.4. ATENCIÓN HOSPITALARIA

Se recogen a continuación algunos datos de la actividad asistencial desarrollada en el ámbito de la ATENCIÓN HOSPITALARIA durante el año 2022.

##### ALTAS DE HOSPITALIZACIÓN 2022

	HOMBRES		Total Hombres	MUJERES		Total Mujeres	TOTAL GENERAL
	< 18 años	>= 18		< 18 años	>= 18		
Central de la Defensa		2	2	9	4	13	15
Fundación Jiménez Díaz	1	12	13	2	25	27	40
12 de Octubre	2	17	19	50	67	117	136
Central de la Cruz Roja		2	2		12	12	14
El Escorial					1	1	1
De La Princesa		6	6		19	19	25
De Móstoles		7	7	3	16	19	26
Gregorio Marañón	5	9	14	68	65	133	147
Infantil Niño Jesús	10		10	159		159	169
La Paz	1	8	9	6	24	30	39
Príncipe de Asturias		1	1	1	46	47	48
Dr. Rodríguez Lafora					7	7	7
Ramón y Cajal		12	12	4	61	65	77
Santa Cristina					9	9	9
Severo Ochoa		1	1		11	11	12
Clínico San Carlos		6	6	17	54	71	77
José Germain		3	3		2	2	5
De Getafe	1	6	7	8	32	40	47
Fundación Hospital Alcorcón		3	3	5	29	34	37
De Fuenlabrada		8	8	2	34	36	44
Infanta Elena		9	9	2	25	27	36
Del Henares		4	4	6	33	39	43
Infanta Sofía		8	8	4	55	59	67
Infanta Cristina	1		1		11	11	12
Del Tajo					2	2	2
Del Sureste	1	3	4	2	14	16	20
Infanta Leonor		2	2	1	14	15	17
Puerta de Hierro-Majadahonda	3	6	9	37	39	76	85
De Torrejón				1	4	5	5
Rey Juan Carlos	1	4	5	6	27	33	38
General de Villalba		2	2	1	6	7	9
<b>TOTAL</b>	<b>26</b>	<b>141</b>	<b>167</b>	<b>394</b>	<b>748</b>	<b>1.142</b>	<b>1.309</b>

La información de la tabla anterior se ha extraído de los registros con alguno de los códigos diagnósticos recogidos en la relación siguiente, en los campos diagnóstico principal y otros diagnósticos del Conjunto Mínimo Básico de Datos (CMBD) de hospitalización 2022.

Trastornos de la conducta alimentaria

Anorexia nerviosa

Anorexia nerviosa, no especificada

Anorexia nerviosa, tipo restrictivo

Anorexia nerviosa, tipo atracón/purga

Bulimia nerviosa

Otros trastornos de la conducta alimentaria

Trastorno de ingestión compulsiva

Trastorno de evitación/restricción de la ingestión

Otros trastornos especificados de la conducta alimentaria

*Fuente: CIE-10 v2022*

## HOSPITAL INFANTIL UNIVERSITARIO NIÑO JESÚS

La Unidad de Trastornos de Comportamiento Alimentario del Hospital Infantil Universitario Niño Jesús, una de las pioneras en España con más de 25 años en funcionamiento, ofrece atención especializada, protocolizada e integral de los diferentes trastornos de comportamiento alimentario a niños y adolescentes desde los 0 a 17 años y a sus familias.

Realiza principalmente actividad asistencial, pero también una intensa actividad docente e investigadora.

La unidad dispone de **programas de atención de todas las modalidades terapéuticas**: evaluación diagnóstica, hospitalización, hospitalización a domicilio, hospital de día y ambulatorio, lo que permite ofrecer continuidad de cuidados a los pacientes que acuden por sospecha de trastorno alimentario y que, por su nivel de gravedad o complejidad, deben ser asistidos en una unidad especializada.

La derivación a la unidad para evaluación y diagnóstico se realiza desde los servicios clínicos del propio hospital (Interconsulta/Urgencias), desde los Centros de Salud Mental (facultativo referente de TCA), otras Unidades de TCA de la Comunidad de Madrid, desde las familias por libre elección de especialista en Madrid y mediante solicitud de Sistema de Información del Fondo de Cohesión SIFCO desde otras comunidades de España.

Tras la evaluación completa y orientación terapéutica, y según criterios de nivel de gravedad (moderada-grave-extrema) o fracaso de tratamientos previos, se inicia tratamiento en los diferentes programas de la unidad o se deriva a Centros de Salud Mental de zona.

70



## ACTIVIDAD ASISTENCIAL. RESUMEN 2022

Admisión: Pacientes nuevos	385 *
Hospitalización	255 ingresos **
Hospitalización a Domicilio	66 ingresos ***
Total Hospitalizaciones	321 ingresos
Programa TCA Hospital de Día Edad Escolar	851 sesiones
Programa TCA Hospital de Día Adolescentes	1.196 sesiones
Programa Ambulatorio Intensivo Familiar TCA	206 pacientes
Módulos de Atención Ambulatoria (Plan de Vida/Grupos de Psicoterapia/Grupos de Padres)	
Anorexia Nerviosa	1.268 atenciones
Bulimia Nerviosa	164 atenciones
Tratamiento Ambulatorio Intensivo Familiar	1.267
Programa de Seguimiento Intervencionista (Revisión, Evolución y Prevención de Recaídas)	14.049 atenciones (2,5 % telemáticas)
Grupos Multifamiliares	367
Programa Multidisciplinar de TCA del Niño Pequeño	1.256 atenciones (3,2 % telemáticas)
Atención en Urgencias	767 intervenciones **

\* Incluido TCA Niño Pequeño

\*\* TCA diagnóstico principal o secundario

\*\*\* TCA diagnóstico principal

## HOSPITAL UNIVERSITARIO CLÍNICO SAN CARLOS

### PROCESO DE TRASTORNOS DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA

#### Hospital de Día TCA. Pacientes con TCA de 16 a 32 años

Evaluación psicológica completa  
Comedor terapéutico cuatro días por semana  
Al menos, una terapia grupal al día (5 actividades de grupo a la semana)  
Psicoterapia individual quincenal  
Psicoterapia familiar quincenal  
Revisiones psiquiátricas quincenales  
Grupo de padres mensual  
Terapia ocupacional vocacional (una a la semana)  
Grupo de Psicoeducación\*  
Grupo de terapia basada en Temperamento (una vez por semana)\*

#### Hospital de Día TCA. Pacientes con TCA de larga evolución

Evaluación psicológica completa  
Psicoterapia individual quincenal  
Revisiones psiquiátricas quincenales  
Dos grupos terapéuticos dos veces a la semana  
Grupo de Psicoeducación\*  
Grupo para pacientes en lista de espera de Hospital de Día (una vez a la semana)\*

\* Nueva actividad implementada

#### Tratamiento en Centro de Salud Mental. Proceso TCA pacientes leves

Evaluación psicológica completa  
Revisiones psiquiátricas  
Psicoterapia quincenal  
Dos grupos terapéuticos a la semana  
Un grupo familiar a la semana

#### Tratamiento en Centro de Salud Mental. Programa joven

Evaluación psicológica completa  
Un grupo terapéutico a la semana  
Psicoterapia quincenal  
Revisiones psiquiátricas

**PROGRAMA TCA ADULTOS. RESUMEN ACTIVIDAD 2022\*****Consulta monográfica Psiquiatría**

Primera consulta	85
Revisión	114
Psicoterapia individual/Terapia familiar	283

**Consulta monográfica Psicología Clínica**

Evaluación	44
Psicoterapia individual	134
Psicoterapia de grupo (asistencias)	283

**Hospital de Día de Trastornos del Comportamiento Alimentario**

Nº pacientes en tratamiento <i>(pacientes con registro de episodios en 2022)</i>	62
Nº de altas	23
Nº de pacientes nuevos	23
Media de pacientes en tratamiento al mes	21
<b>Total episodios de Hospital de Día**</b>	<b>1.649</b>

\* Un cambio en los Sistemas de Información del Hospital ha impedido disponer de los datos anuales completos de actividad asistencial, por lo que los datos de la tabla hacen referencia a los meses de enero a septiembre en el ámbito de consulta y de enero a octubre en el ámbito de Hospital de Día.

Por otra parte, se consideran solo los datos referidos a los pacientes incluidos en el Programa Específico de Trastornos del Comportamiento Alimentario (no están considerados los pacientes con TCA tratados en las agendas generales de los Centros de Salud Mental y no derivados al programa específico).

Tampoco se incluye la actividad realizada por Enfermería, ante la imposibilidad de extraer la información específica de TCA, englobada en la agenda general de la enfermería.

\*\* El dato de episodios de Hospital de Día hace referencia sólo a la asistencia del paciente al Hospital de Día (un episodio por paciente y día), independientemente de que el paciente asista a realizar un número mayor de actividades terapéuticas al día, además de la actividad del comedor terapéutico (4 días a la semana), terapia familiar (cada 15 días), psicoterapia individual, psicoterapia grupal (mínimo un grupo/día) y taller de orientación vocacional.

73

**PROGRAMA TCA ADULTOS. NÚMERO TOTAL DE ASISTENCIAS 2022\***

<b>Total asistencias Programa específico TCA</b>	<b>2.592</b>
Total asistencias Psiquiatría (consultas específicas)	482
Total asistencias Psicología Clínica (consultas específicas)	461
Total asistencias (episodios) Hospital de Día	1.649

\* Un cambio en los Sistemas de Información del Hospital ha impedido disponer de los datos anuales completos de actividad asistencial, por lo que los datos de la tabla hacen referencia a los meses de enero a septiembre en el ámbito de consulta y de enero a octubre en el ámbito de Hospital de Día.



## HOSPITAL UNIVERSITARIO INFANTA LEONOR

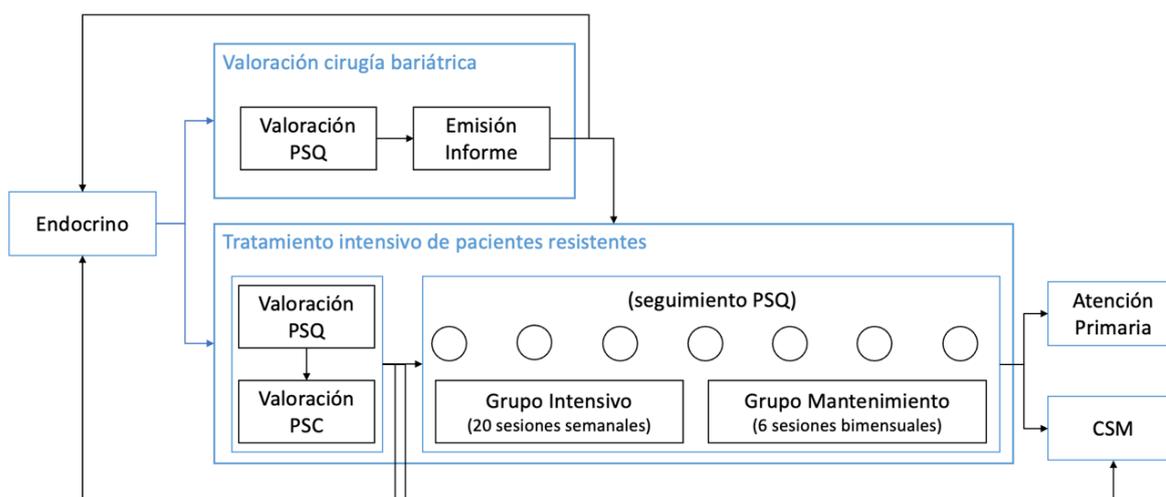
La atención a los Trastornos de la Conducta Alimentaria y la Obesidad han sido clave en el Hospital Universitario Infanta Leonor desde su apertura en 2009, tanto a nivel asistencial, como docente e investigador.

De ahí que se mantenga operativo el Programa de Conducta Alimentaria (TCA y Obesidad), a pesar del cambio de la demanda asistencial en materia de salud mental desde la llegada de la covid-19.

### ÁREA ASISTENCIAL

La consulta ambulatoria del **Programa de Conducta Alimentaria** está dirigida principalmente, aunque no sólo, a personas **mayores** de edad con índices de masa corporal (IMC) mayores o iguales a 30, que presentan un **deterioro** significativo de la **salud** física y/o del funcionamiento psicosocial y **no** han **respondido a tratamientos** nutricionales y/o endocrinológicos previos.

Se plantean dos itinerarios de atención, que pueden funcionar de forma complementaria, tal y como se muestra en siguiente figura.



El primer itinerario se circunscribe dentro del protocolo de evaluación de candidatos a cirugía bariátrica e incluye una valoración por parte de Psiquiatría y la emisión del informe correspondiente.

El segundo itinerario es un programa de intervención intensivo, que se inicia con una valoración personalizada por parte de Psiquiatría y de Psicología Clínica, y pivota en un grupo de psicoterapia grupal intensivo de 20 sesiones, que se complementa con un grupo de mantenimiento bimensual durante un año; todo ello acompañado de seguimiento psiquiátrico individual y siempre en coordinación con el Servicio de Endocrinología y Nutrición.

Tras finalizar los 18 meses de tratamiento intensivo, el paciente es dado de alta, bien para control por Atención Primaria, bien para seguimiento en el Centro de Salud Mental según la valoración de los facultativos.

Se presentan a continuación los datos de la actividad asistencial ambulatoria desarrollada durante 2022.

CONSULTA EXTERNA		Atenciones realizadas
Nuevas consultas	Total Primeras	51
Consultas seguimiento (sucesivas + resultado)	Psiquiatría	205
	Psicología Clínica	72
	Total Seguimiento	277
Grupos	Grupos de Psicoterapia	654
<b>TOTAL</b>		<b>982</b>

Así mismo, cuando un paciente del área con diagnóstico de Trastorno de la Conducta Alimentaria presenta un empeoramiento sintomatológico agudo o una situación clínica de riesgo vital, es ingresado en la Unidad de Hospitalización Breve, permitiendo la continuidad terapéutica.

75

HOSPITALIZACIÓN	Nº Ingresos	Nº Pacientes ingresados	Estancia Media
<b>TOTAL</b>	<b>18</b>	<b>11</b>	<b>18,89 días</b>



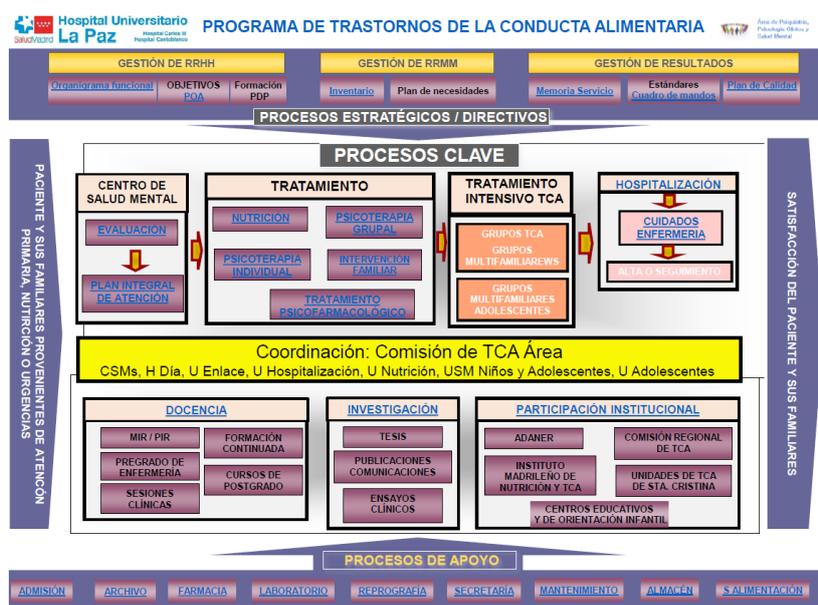
## HOSPITAL UNIVERSITARIO LA PAZ

El Hospital desarrolla un **Programa de Trastornos del Comportamiento Alimentario** en el que están implicados los Centros de Salud Mental de Fuencarral, Tetuán y Colmenar Viejo, el Hospital de Día Carlos III, el Hospital de Día de Niños y Adolescentes, así como las Unidades de Nutrición, de Adolescentes, la de Enlace y Psicoterapia, y la Unidad de Hospitalización Breve.

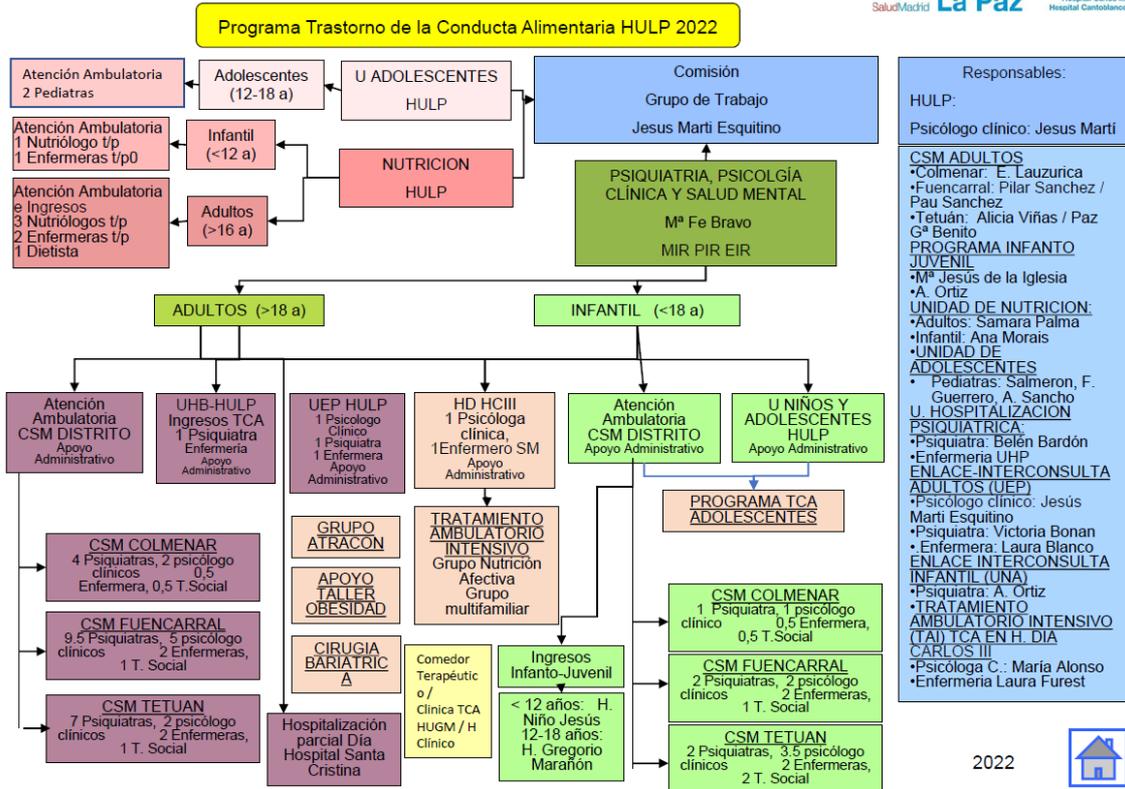
### PROGRAMA DE TRASTORNOS DEL COMPORTAMIENTO ALIMENTARIO (Resumen)

- ✓ Derivación: Atención Primaria, Unidad de Nutrición Adultos e Infantil, Unidad de Adolescentes, Urgencias, Unidad de Hospitalización Breve.
- ✓ Subprogramas: Anorexia y Bulimia, Trastorno por Atracón, Obesidad Mórbida/Cirugía Bariátrica.
- ✓ Centro de Salud Mental: evaluación, responsabilidad asistencial y Plan Integral de Atención.
- ✓ Tratamiento Integral: compartido con actividades terapéuticas y de cuidados con los Centros de Salud Mental y actividades grupales comunes en Hospital de Día Carlos III, Unidad de Enlace y Psicoterapia, Unidad de Niños y Adolescentes, Hospital de Día de Infancia y Adolescencia y Centro de Salud Mental Castroviejo.
- ✓ Tratamiento Ambulatorio Intensivo: Hospital de Día Carlos III (Grupos de Nutrición Afectiva), Hospital de Día de TCA Santa Cristina, Comedor Terapéutico, Clínica TCA Hospital Gregorio Marañón, Clínica TCA Hospital Clínico San Carlos.
- ✓ Hospitalización: Unidad de Hospitalización Breve del Hospital La Paz, Unidad de Hospitalización Breve de TCA del Hospital Ramón y Cajal.

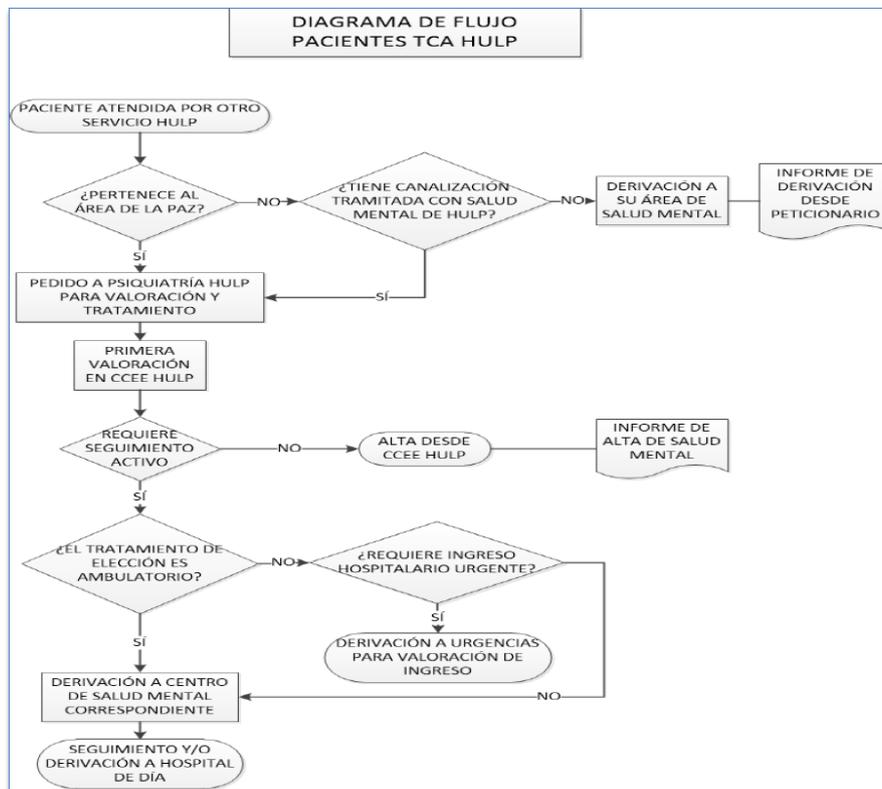
76



**ORGANIGRAMA FUNCIONAL - TRASTORNOS DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA**



2022



## RESUMEN ASISTENCIAL DEL PROGRAMA DE TCA

- ✓ El número de pacientes se ha mantenido relativamente estable en adultos, observándose un gran incremento en población adolescente, al que también parece contribuir un mejor registro de los casos tratados.
- ✓ Se ha completado la recuperación de la asistencia presencial y los grupos, aunque manteniendo la atención telefónica o por videollamada en algunos casos.
- ✓ Se ha experimentado una mejora en la utilización de la plataforma TEAMS y las fichas de continuidad de cuidados introducidas el año anterior.
- ✓ El equipo de Nutrición y la Unidad del Adolescente se han reincorporado a las reuniones de Área, con una mejora sustancial de la coordinación y la asistencia a pacientes más graves.
- ✓ Se han realizado 10 reuniones de área sobre TCA con los centros de salud mental, el hospital general, el hospital infantil y los hospitales de día, en torno a las temáticas: casos complejos, proceso de derivación de casos complejos, alternativas para mejorar la coordinación entre recursos y servicios implicados en la atención a pacientes, formas de mejorar la atención dentro del circuito del área, mejoras en la ficha de continuidad de cuidados, creación y uso de una base de datos de pacientes atendidos en toda el área (actualmente operativa) y derivaciones a la Unidad de Media Estancia TCA, entre otras.

78

## PACIENTES ATENDIDOS EN PROGRAMA TCA. RESUMEN 2022

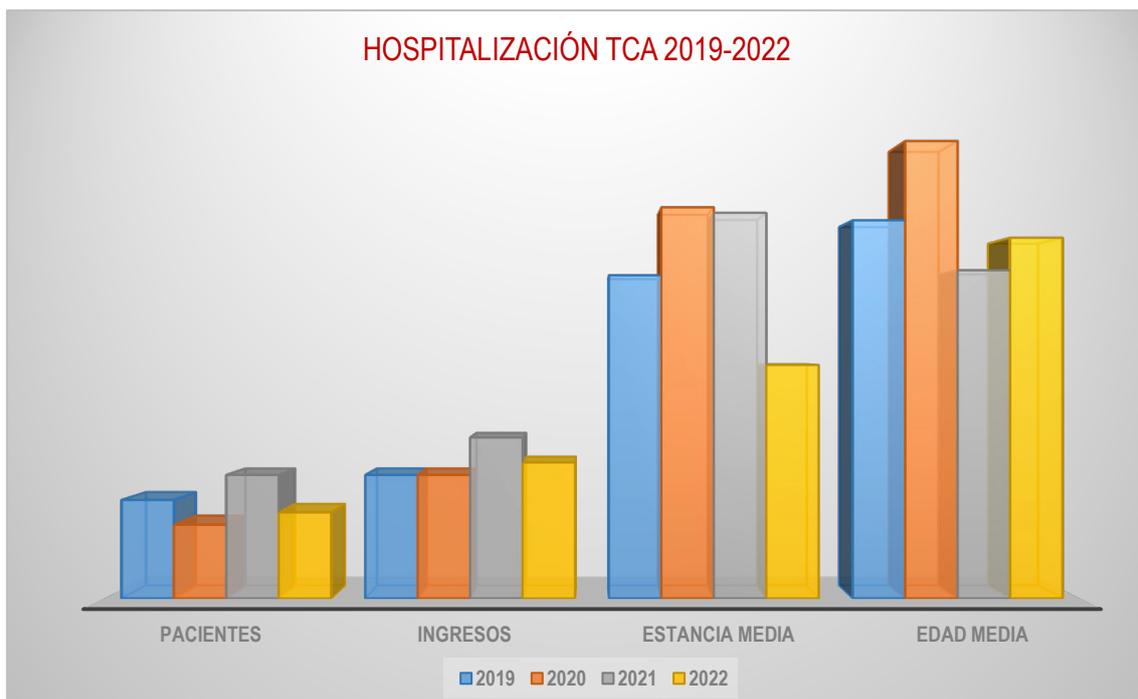
	Adultos	Adolescentes	Padres	Tratamiento Intensivo *
CSM Fuencarral	49	23		
CSM Tetuán	41	64		
CSM Colmenar	24	21		
Hospital de Día Adultos Carlos III	13			13
Hospital de Día Infanto-Juvenil		5		
Unidad de Enlace Adultos	11			
Unidad de Enlace Niños y Adolescentes		19	7	
Unidad de Hospitalización Breve	11			
Consultas Externas Hospital La Paz	8			
<b>TOTAL</b>	<b>157</b>	<b>132</b>	<b>7</b>	<b>13</b>

\* Grupo de Nutrición Afectiva + Grupo Multifamiliar



### ACTIVIDAD PROGRAMA TCA EN UNIDAD DE HOSPITALIZACIÓN BREVE. RESUMEN

Total Ingresos	11
Total Pacientes	7
Edad Media	29 años
Edad Máxima	57 años
Edad Mínima	18 años
Reingresos	3
Estancia Media	18,81 días
Estancia Máxima	38 días
Estancia Mínima	10 días
<b>PROCEDENCIA DE LOS PACIENTES</b>	
CSM Colmenar	2
CSM Fuencarral	5



## HOSPITAL UNIVERSITARIO GREGORIO MARAÑÓN

---

La **Clínica de Trastornos de la Conducta Alimentaria** oferta **tratamiento integral** médico, psicológico, de enfermería y de terapia ocupacional a pacientes con trastornos específicos de la conducta alimentaria (Anorexia Nerviosa, Bulimia Nerviosa, Trastorno por Atracón) y otros trastornos no específicos como el Síndrome de ingesta nocturna, entre otros.

La dotación de personal que actualmente desempeña las funciones asistenciales de la Clínica de Trastornos de Conducta Alimentaria es de un Psiquiatra, un Psicólogo Clínico y una Enfermera especialista en Salud Mental.

La Cartera de Servicios que se ofrece 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, Hematología...)
- ✓ Coordinación con profesionales responsables del paciente en su dispositivo asistencial de distrito (Médico de Atención Primaria y Psiquiatra de Zona), de hospitalización completa (Unidad específica de Hospitalización para Trastornos Alimentarios del Hospital Ramón y Cajal, Unidades de Hospitalización Breve del Hospital Gregorio Marañón y hospitales de referencia) y dentro del proyecto de Proceso Asistencial Integrado (Programa Ambulatorio Intensivo y Hospital de Día de Hospital Santa Cristina), así como con otras unidades específicas (Unidad de Trastornos de Personalidad).
- ✓ Docencia pregrado, postgrado y formación continuada.
- ✓ Investigación.

80

Todos los pacientes en tratamiento acuden a consultas individuales con Psiquiatría, Psicología y Enfermería. Se establece un programa de tratamiento integral individualizado inicial, que se adapta a las necesidades de los pacientes y sus familiares durante todo el proceso.

En el mes julio de 2022, se llevó a cabo el traslado de la Unidad de TCA al Hospital Universitario Santa Cristina, dentro del proyecto de **Proceso Asistencial Integrado** (PAITCA) que se está poniendo en marcha, junto con el Hospital de Día de TCA del Hospital Santa Cristina, creándose un nuevo **programa ambulatorio intensivo** para la atención a casos de



gravedad moderada, que complementa la atención de casos de gravedad leve (Clínica TCA) y de mayor gravedad (Hospital de Día).

Este proceso de traslado ha tenido una importante repercusión en la ratio de asistencia en los meses siguientes.



Medios de Comunicación

El consejero de Sanidad ha conocido hoy el innovador abordaje del tratamiento en adultos por parte de estos dos centros públicos

La Comunidad de Madrid integra los recursos de los hospitales Santa Cristina y Gregorio Marañón para tratar los trastornos de la conducta alimentaria

- Los profesionales implicados trabajan conjuntamente para dar una atención personalizada a cada paciente
- El nuevo Proceso Integrado aúna los recursos ambulatorios y Hospital de Día

17 de febrero de 2023.- Los hospitales públicos Santa Cristina y Gregorio Marañón de la Comunidad de Madrid han creado el nuevo Proceso Integrado de Atención a las personas que padecen Trastornos de Conducta Alimentaria (PIATCA). Esta iniciativa surge de la alianza de los profesionales que trabajan con pacientes adultos en la Clínica de Trastornos de la Conducta Alimentaria del Instituto de Psiquiatría y Salud Mental del Marañón y en la Unidad de Hospitalización de Día para Trastornos de la Conducta Alimentaria del Santa Cristina, consiguiendo la optimización de recursos altamente especializados en esta materia.

El objetivo de este dispositivo asistencial, que hoy ha visitado el consejero de Sanidad, Enrique Ruiz Escudero, es dar una atención personalizada y con continuidad a los enfermos que atienden tanto en régimen ambulatorio como de hospitalización parcial y, al tiempo, establecer un único equipo de profesionales sanitarios para esa tarea. Así, se eliminan los trámites administrativos y burocráticos cuando una paciente necesita, por ejemplo, ser atendida en un Programa diferente al que provocó su primer ingreso en el Proceso.

"Con este Proceso Integrado, -ha afirmado Ruiz Escudero- se cumple uno de los retos del Plan de Salud Mental 2022/2024, dado que se crea una única puerta de entrada al proceso, maximizando la continuidad de cuidados y evitando duplicidades y un programa de tratamiento individualizado de las personas que ingresan en el dispositivo".

Este trabajo de equipo comienza con la inclusión en el PIATCA de las personas que son derivadas desde otros dispositivos sanitarios: Centros de Salud Mental, otros servicios hospitalarios del Gregorio Marañón y desde el Hospital público Infantil Niño Jesús, asegurando así la transición de niños a adultos en esta atención. Se calcula que entre el 1 y el 4% de estos sufren TCA con distintos



Medios de Comunicación

niveles de gravedad, la mayoría mujeres. En este sentido, 478 pacientes con anorexia y 148 con bulimia fueron ingresados en la Comunidad en 2021.

Una vez incluido en el Proceso se considera que el paciente está en seguimiento por el equipo de profesionales, sin distinción de centros y sin que se precise ningún otro procedimiento administrativo para su tratamiento bien en régimen ambulatorio o de hospitalización de día.

El PIATCA está formado por los profesionales que abordan de forma multidisciplinar los trastornos de la alimentación: psiquiatras, psicólogos clínicos, endocrinólogos, nutricionistas, terapeutas ocupacionales, enfermeras, auxiliares de enfermería y auxiliares administrativos, que establecen un programa individualizado de las personas que ingresan en el dispositivo, fijando un profesional de referencia para cada paciente y el subproceso asistencial en el que se le va a tratar. En todo el proceso es fundamental la presencia de la familia, que también recibe asesoría por los profesionales y toma parte en distintas acciones.

#### PROGRAMAS AMBULATORIOS Y DE HOSPITAL DE DÍA

El PIATCA permite adaptar el tratamiento del TCA con diferentes niveles de intensidad según la gravedad del problema y el tránsito de los enfermos entre esos niveles en función de su evolución. Cuenta así con el programa Clínica TCA, especialmente destinado a aquellos con una instauración reciente de los síntomas, con visitas de psiquiatra, psicólogo clínico, enfermera e intervención psicoeducativa en grupo con una periodicidad mensual junto con una consulta de orientación personal semanal.

La asistencia tendrá dos vertientes fundamentales: una ambulatoria y otra de hospitalización parcial. La primera de ellas, que se compone de los recursos ambulatorios preexistentes tanto en el Marañón como en Santa Cristina, atenderá a las pacientes diagnosticadas de TCA de larga evolución cuya gravedad permite obtener mejoras y una evolución favorable merced a intervenciones tanto individuales como grupales.

La segunda se sustancia en el Hospital de Día preexistente en el Santa Cristina, y se ocupará de personas cuya gravedad sintomática les impide un funcionamiento normalizado a nivel familiar y social y que precisan una atención intensiva tanto en turno de mañana como de tarde, en la que son tratados de manera individual, grupal, familiar y nutricional e incluye un comedor Terapéutico.

Además, gracias a la alianza, el Hospital Gregorio Marañón cubrirá las urgencias y guardias de psiquiatría, proporcionará camas de hospitalización breve para las pacientes más graves y el apoyo de otras especialidades médicas y de diagnóstico si se precisan. Asimismo, se dará un impulso a la investigación y la docencia en esta área apoyándose en la estructura del Instituto de Psiquiatría y Salud Mental del Marañón.

81

Dirección General de Medios de Comunicación - Puerta del Sol, 7 - 28013 Madrid - 91 560 20 70  
comunicacion@madrid.es - www.comunidad.madrid | facebook.com/comunidadmadrid | twitter.com/comunidadmadrid

Dirección General de Medios de Comunicación - Puerta del Sol, 7 - 28013 Madrid - 91 560 20 70  
comunicacion@madrid.es - www.comunidad.madrid | facebook.com/comunidadmadrid | twitter.com/comunidadmadrid

Durante 2022, se han realizado un total de **3.574 intervenciones**, que pueden desglosarse de la siguiente manera.

## CONSULTAS INDIVIDUALES

- ✓ Consulta individual de Psiquiatría: se han atendido 83 pacientes nuevos y 1.315 revisiones.
- ✓ Consulta individual de Psicología Clínica: se han realizado 1.126 intervenciones individuales y 75 primeras visitas.
- ✓ Consulta de Enfermería: se han realizado 83 valoraciones iniciales y 1.023 valoraciones periódicas.

## TRATAMIENTOS GRUPALES

Se han llevado a cabo 539 intervenciones grupales. Se describen a continuación los grupos de terapia habituales de la unidad.



- ✓ Grupo de Abordaje Intensivo a Trastornos de la Conducta Alimentaria (Programa PICA). Dirigido a pacientes derivados a la clínica con una instauración reciente de los síntomas de trastorno de la conducta alimentaria. Se ofrece un plan de tratamiento de nueve meses de duración, que incluye una intervención grupal expresiva de frecuencia semanal y un programa psicoeducativo estructurado de frecuencia mensual. La eficacia de la intervención se está evaluando mediante instrumentos de ansiedad, depresión, síntomas alimentarios y calidad de vida. Se divide en dos subgrupos con perfiles diferenciados:
  - Grupo Bulimia Nerviosa/Trastorno por Atracón, de frecuencia semanal.
  - Grupo Anorexia Nerviosa, de frecuencia semanal.
- ✓ Grupo de Terapia Dialéctica Conductual (DBT), de frecuencia semanal, dirigido a pacientes con rasgos impulsivos e inestabilidad emocional.
- ✓ Grupo Intermedio, también semanal, atiende a pacientes de mediana edad, con más años de evolución del TCA (que en grupo de Abordaje Intensivo) e incluye pacientes con perfil restrictivo, purgativo y atracón.

### **PROGRAMA PSICOEDUCATIVO DE FAMILIARES Y ALLEGADOS**

El programa está constituido por ocho sesiones con una periodicidad semanal y una duración aproximada de 120 minutos. Participan en cada programa alrededor de 15 familias, con dos personas por paciente. Se imparte dos veces al año, una por semestre, conjuntamente por psicóloga clínica y enfermera especialista. Se han llevado a cabo un total de 260 intervenciones familiares grupales.

El objetivo general del programa es ayudar a las familias a mejorar las relaciones interpersonales con el paciente, lo que a su vez redundará en una mejora del propio trastorno. Son objetivos específicos: identificar y comprender los síntomas del trastorno alimentario, desarrollar habilidades de actuación que permitan a las familias ayudar durante el proceso terapéutico, fomentar la puesta en común de experiencias y favorecer el desahogo emocional.

### **SEMINARIOS FORMATIVOS DE EDUCACIÓN SANITARIA**

Se imparten dos seminarios mensuales, con una duración de una hora, por parte de la enfermera especialista, dirigidos a todos los pacientes nuevos que inician el proceso en la Clínica y familiares. Su asistencia, aunque voluntaria, es recomendable. Dentro de la educación para la salud, se imparten sesiones grupales dirigidas a pacientes y familiares/allegados sobre educación nutricional y alimentación saludable, complicaciones de los TCA e higiene de sueño.

Todos los grupos de terapia y demás actividades terapéuticas grupales que tuvieron que ser suspendidos a partir de marzo de 2020 por la situación de pandemia se pudieron retomar a partir de febrero de 2022.

### CLÍNICA DEL CONTROL ELECTROLÍTICO Y ANALÍTICO

Se realiza un seguimiento intensivo a los pacientes con conductas purgativas y con alteraciones electrolíticas, bioquímicas y/o hematológicas. Para ello, todos los lunes se establecen dos grupos de controles y se realiza monitorización electrolítica, bioquímica y hematológica dependiendo de la situación clínica del paciente con carácter semanal o mensual.

### PROGRAMA DE SEGUIMIENTO Y VALORACIÓN TERAPÉUTICA AL ALTA

Llevado a cabo por la psicología clínica, su objetivo fundamental es realizar un seguimiento y complementarlo con una evaluación periódica tras el alta, para hacer una valoración global. Otro objetivo secundario es el de mejorar la calidad percibida de la continuidad de cuidados y el mantenimiento de la adherencia y la accesibilidad, en caso de recaída o reagudización.

## HOSPITAL UNIVERSITARIO DE MÓSTOLES

---

La **Unidad de Trastornos de Conducta Alimentaria (UTCA)** forma parte de los dispositivos del Servicio de Psiquiatría y Salud Mental del Hospital Universitario de Móstoles.

Está ubicada en el Centro de Especialidades de Coronel de Palma y cuenta con cuatro despachos, una sala de grupos, una sala de reposo, **dos comedores terapéuticos**, una sala de personal, una sala de pesos/medicación y una cocina.

La Unidad funciona en los dos turnos de 8 a 21 horas. En horario de mañana, de 8 a 15 horas, cuenta con una psiquiatra, dos psicólogas clínicas, dos enfermeros, una auxiliar de enfermería y una terapeuta ocupacional a tiempo parcial media jornada diaria. Desde el mes de octubre, cuenta con un segundo psiquiatra en horario de tarde, de 14 a 21 horas. Una endocrinóloga del servicio de Endocrinología del hospital colabora a tiempo parcial cada 15 días.

El psicólogo de la interconsulta hospitalaria ha mantenido el refuerzo a la unidad, un día a la semana (iniciado en abril de 2021), por la mayor demanda asistencial post-covid.

Los pacientes acuden a la Unidad derivados por su psiquiatra o psicólogo clínico desde los Servicios de Salud Mental dependientes de los hospitales de Móstoles, Rey Juan Carlos, Fundación Alcorcón, Severo Ochoa, José Germain, de Fuenlabrada, de Getafe e Infanta Cristina.

Todos los pacientes que realizan tratamiento en la UTCA acuden a consultas individuales, tanto con Psiquiatra, como con Psicóloga y Endocrinóloga / Nutricionista.

Durante 2022 se ha mantenido la clasificación de los pacientes atendidos en tres **niveles de gravedad** (iniciada en 2021):

- ✓ Primer nivel: pacientes menos graves, en tratamiento individual psiquiátrico y psicológico (aproximadamente un 20%).
- ✓ Segundo nivel: mayor complejidad, además del tratamiento individual psiquiátrico y psicológico, participan en un grupo de psicoterapia semanal (aproximadamente un 70 %).
- ✓ Tercer nivel: casos más graves que acuden al programa integral de Hospital de Día (comedor terapéutico, terapia ocupacional, tratamiento grupal y tratamiento individual).

Han mantenido **tratamiento** en la unidad un total de **224 pacientes** y han cursado **alta 81 pacientes**.

Durante 2022 se ha conservado el *Procedimiento de medidas preventivas para covid-19 en la UTCA*, realizado con la colaboración del Servicio de Medicina Preventiva del hospital, utilizando los dos comedores terapéuticos para mantener la distancia de seguridad de los pacientes.

En la UTCA se realizan tratamientos grupales de diferentes tipos.



- ✓ **Grupos de Psicoterapia** a cargo de la psicóloga clínica con la enfermera o la auxiliar de enfermería, con un abordaje interpersonal, dinámico e integrador:
  - 2 grupos de Psicoterapia I, para menores de 30 años, con frecuencia semanal durante una hora y media;
  - 2 grupos de Psicoterapia II, para mayores de 30 años, con frecuencia semanal durante una hora y media;
  - 2 grupos de Psicoterapia II, para pacientes más estables, con trabajo fundamentalmente en prevención de recaídas, con frecuencia quincenal durante una hora y media;
  - 2 grupos de padres, con frecuencia quincenal durante una hora y media.
- ✓ **Grupo de Psicoeducación** a cargo de la psiquiatra y enfermería, una vez a la semana, con una duración de una hora y media.
- ✓ **Grupo de Convivencia**, es una actividad que realizan los pacientes que acuden al Comedor Terapéutico con enfermería, de forma semanal.
- ✓ **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 semanal y participan la terapeuta ocupacional, la auxiliar y la enfermera.
- ✓ **Grupo de Arteterapia**, basado en la idea de que los conflictos e inquietudes psicológicas pueden ser trabajados por el paciente mediante la producción artística. Se trabaja con distintos tipos de disciplinas artísticas (música, plástica, teatro...) de una forma alternativa y variada, que también proporciona un espacio lúdico y de relajación a los pacientes. El grupo se realiza semanalmente.

*Medidas en relación con la pandemia por covid:*

- *Control de entrada al centro, en el que se comprueba que los pacientes llevan mascarilla y gel de manos.*
- *Doble sistema de control de entrada en la UTCA: además de comprobar que los pacientes llevan mascarilla y gel de manos, se realiza control térmico.*
- *Se ha mantenido la posibilidad de atención telemática en los casos necesarios.*

Durante 2022 se ha llevado a cabo en la UTCA la atención psicológica del programa de interconsulta con endocrinología y cirugía para pacientes derivados a Cirugía Bariátrica del Hospital Universitario de Móstoles, realizando revisiones post-intervención y tratamientos psicoeducativos grupales de los pacientes candidatos. La cirugía bariátrica del hospital, reiniciada en 2021, ha seguido con menor actividad que previamente a la pandemia y suspensiones en las diferentes olas.

Las intervenciones del programa de cirugía bariátrica que se realizan en la UTCA son:



- ✓ Grupo psicoeducativo: se ha realizado un grupo de 7 sesiones para pacientes candidatos a cirugía bariátrica;
- ✓ Valoración postoperatoria psicológica: con la finalidad de descartar patología activa y derivar a sus dispositivos de Salud Mental a aquellos pacientes que pueden beneficiarse de seguimiento psiquiátrico para mejorar el cumplimiento y la evolución tras la cirugía.

### COMIDAS TERAPÉUTICAS. HOSPITAL DE DÍA

En horario de desayunos y comidas, el comedor terapéutico proporciona el ambiente necesario para la reeducación alimentaria, así como para la 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.



### HOSPITALIZACIÓN

Durante 2022 ha continuado el funcionamiento la subunidad de TCA en la Unidad de Hospitalización Breve del Hospital de Móstoles (con dos camas).

Ingresa pacientes de la zona de influencia y también de los hospitales de la zona sur de referencia que, por su especial gravedad y complejidad, han sido derivados desde sus Centros de Salud Mental a la UTCA. De esta forma, se ha conseguido mantener criterios más homogéneos y favorecer la continuidad asistencial y la adherencia terapéutica.

Se han realizado reuniones mensuales de coordinación para la derivación a la Unidad de Media Estancia TCA en el Centro Hospitalario San Juan de Dios de Ciempozuelos.

## TERAPIA OCUPACIONAL

Se proponen talleres desde Terapia Ocupacional como actividades que interesan a los pacientes. Están dirigidos y planificados como parte de una estrategia para conseguir objetivos terapéuticos en un medio donde experimentar, de forma eficaz y adecuada, actividades en grupo que les permita extrapolar la experiencia a su vida cotidiana.

Los objetivos generales de las actividades son:

- ✓ Favorecer la comunicación y la creatividad entre los integrantes del grupo.
- ✓ Promover un clima favorable para experimentar nuevas formas de expresión, respetando las individualidades.
- ✓ Promover una actitud lúdico-creativa que permita jugar con las ideas y los diferentes materiales facilitando el potencial creativo del grupo.



87

Se evalúan y trabajan los Componentes de Desempeño (NIVEL I de Intervención) con el objetivo principal de contribuir al equilibrio entre las Áreas Ocupacionales de los pacientes (NIVEL II).

Dentro de las Actividades de la Vida Diaria, estos talleres están incluidos en las Actividades Avanzadas (AAVD), que engloban un amplio abanico de ocupaciones para su desempeño y que están relacionadas con los valores, intereses, roles, capacidades, habilidades y destrezas intrínsecas a las personas, adaptadas a su contexto:

- ✓ talleres creativos,
- ✓ talleres de lectura,
- ✓ cinefórum,
- ✓ habilidades para la vida (habilidades sociales, empatía, autoconocimiento, resolución de conflictos, manejo de estrés),
- ✓ grupos de convivencia.

## ACTIVIDAD ASISTENCIAL UTCA. RESUMEN 2022

Sección	Especialidad	Prestación	Entradas	Actividad
UTCA	Psicología	Nuevos	58	43
		Revisiones	176	118
		Otras Prestaciones	3.356	1.957
	Psiquiatría	Nuevos	28	21
		Revisiones	2.266	1.485
		Terapias y otras prestaciones	2.129	1.372
Cirugía Bariátrica	Psicología	Otras Prestaciones	103	93
	Enfermería		407	399

En la UTCA, como ya se ha indicado, son atendidos pacientes que proceden del propio Hospital de Móstoles y de otros hospitales de la zona sur. Todos los pacientes nuevos de la UTCA son evaluados por psiquiatra y por psicólogo clínico. El dato recogido como "Nuevos" corresponde a la primera vez que el paciente acude al servicio, indistintamente de si ha sido atendido por psiquiatra o psicólogo clínico. Los pacientes que proceden de la zona de influencia han sido previamente evaluados en el Centro de Salud Mental y posteriormente derivados a la UTCA, por lo que no son contabilizados como nuevos para el servicio. Los pacientes contabilizados como nuevos proceden de los demás hospitales de la zona sur de los que la UTCA es referente.

Los pacientes remitidos por el Servicio de Endocrinología al programa de Cirugía Bariátrica (sólo procedencia del Hospital de Móstoles) son evaluados por psiquiatras del Servicio de Psiquiatría y Salud Mental previamente a la intervención. En caso de que no haya contraindicación a la misma, realizan un grupo psicoeducativo de siete sesiones en la UTCA con la psicóloga clínica y enfermera del Servicio de Nutrición y posteriormente a la cirugía son revisados por psicología clínica.

## HOSPITAL UNIVERSITARIO RAMÓN Y CAJAL

---

La **Unidad de Hospitalización de Trastornos de la Conducta Alimentaria**, creada en 2008, fue durante los primeros 10 años la única unidad de referencia monográfica para los ingresos hospitalarios de pacientes **mayores de 18 años** de la Comunidad de Madrid afectados por estos trastornos.

Ubicada en la planta 8ª centro control C, de manera contigua a la Unidad de Hospitalización Breve pero con separación física y funcional, mantiene una entrada independiente a través del bloque de ascensores del ala central. Está integrada por un facultativo especialista en Psiquiatría, una enfermera y una auxiliar de cuidados de enfermería por cada turno, con apoyo de psicólogo clínico y terapeuta ocupacional.

Por otra parte, dispone de un programa de **Hospital de Día** y **Comedor Terapéutico**, donde realizan seguimiento como pacientes externos hasta un total de 10 pacientes, ingresados previamente, y que acuden a las terapias de grupo, la terapia ocupacional y programas especiales de musicoterapia, taller literario y salidas terapéuticas, alternando los días que acuden a la Unidad durante todas las semanas.

### UNIDAD DE HOSPITALIZACIÓN DE TRASTORNOS DEL COMPORTAMIENTO ALIMENTARIO

Los pacientes son derivados desde el facultativo responsable, a través de un informe de derivación y previa comunicación con el facultativo responsable de la Unidad. Cuando es posible, se realiza entrevista clínica previa a la programación del ingreso.

A su llegada, se realiza una valoración estructurada por enfermería, que incluye constantes vitales, peso, talla y otros datos específicos. Al comienzo del ingreso se lleva a cabo una valoración estructurada por un psiquiatra, que puede incluir entrevista con familiares y uso de escalas específicas.

Tras el ingreso, se solicita interconsulta a Endocrinología para valoración del paciente. Se programa una dieta ajustada a sus necesidades metabólicas y se consensua la solicitud de analítica, ECG y otras pruebas que sean requeridas.

Los pacientes son valorados a diario por el psiquiatra y por el equipo de Endocrinología (facultativo, residente y enfermera) de manera coordinada con el psiquiatra. Esto es importante para poder llevar un seguimiento estrecho de su estado nutricional y prevenir las complicaciones físicas.

Las entrevistas individuales con Psiquiatría al comienzo, tratan de generar vínculo con los pacientes para lograr una confianza que afiance el tratamiento, siendo conscientes que esta es una parte fundamental para lograr los objetivos terapéuticos. Se trabaja la reestructuración de cogniciones alimentarias disfuncionales, corrigiendo hábitos disfuncionales, realizando psicoeducación de hábitos saludables de alimentación, actividad física y autocuidado.

Poco a poco, cuando los pacientes van mejorando su estado nutricional, se trabajan otros aspectos como la imagen corporal o la relación con el control, y se explora el área relacional y social, que también se trabaja en formato grupal.

De manera global se trata de que los pacientes puedan dar sentido al síntoma alimentario y entender qué utilidad ha tenido en sus vidas, lo bueno y lo malo, acercándoles a un correcto *insight*. Se procura que conecten con la enfermedad, a través de entrevistas motivacionales y sobre la base de un buen vínculo terapéutico, de modo que puedan ir generando herramientas de afrontamiento que no sean patológicas. Se trabaja así mismo la prevención de recaídas de cara al alta y se facilitan permisos terapéuticos para poder probar el control interno en su domicilio.

El trabajo con la familia es una parte central del tratamiento. A menudo acuden muy afectados y angustiados por la situación de sus familiares y necesitados igualmente de un cuidado que requiere trabajar, entre otros, los sentimientos de culpa. En este sentido, se trabaja con ellos a nivel individual, a través de entrevistas familiares individuales a las que acude el paciente, padres y hermanos. También se realizan grupos de padres/familiares de manera semanal, a los que acuden los padres u otros familiares (hijos, pareja...) de todos los pacientes ingresados y de los que acuden al comedor terapéutico. Este grupo de padres/familiares está dirigido por el psiquiatra responsable y se incorporan en coterapia la psicóloga y la terapeuta ocupacional.

Dentro de las actividades terapéuticas se incluyen los grupos multifamiliares, en frecuencia quincenal, a los que acuden los pacientes y aquellos familiares que lo desean, de manera que acaban siendo grupos muy numerosos. Estos grupos están vehiculizados por la psiquiatra en coterapia con la psicóloga y la terapeuta ocupacional. Es un grupo abierto, dinámico y vivencial que busca conseguir un clima de confianza en el que los integrantes, desde la base del respeto, puedan realizar aportaciones que permitan a los demás miembros identificarse con situaciones, emociones o pensamientos de otros integrantes. Esta forma de abordaje ayuda mucho, tanto a pacientes como a familiares, a entender más la enfermedad y, sobre todo, les ayuda a conectar con el sufrimiento, miedo y otros sentimientos de sus seres queridos.

Dos veces a la semana hay psicoterapia de grupo con la psicóloga. Un grupo con un enfoque cognitivo-conductual, que pretende incorporar habilidades y capacidades, y otro grupo menos dirigido con un enfoque más integrador y experiencial, donde se trabaja conciencia de enfermedad, necesidad de control, regulación emocional, el perfeccionismo....

Un día a la semana hay sesión de psicodrama, llevada a cabo por dos terapeutas ocupacionales, una que está a diario con las pacientes y otro que actúa a modo de coterapia.

Por parte de la terapeuta ocupacional se imparten actividades de taller corporal, actividades artístico creativas enfocadas en TCA, dinámica de grupos y aspectos de imagen corporal.

Desde su creación en 2008 hasta 31 de diciembre de 2022 han ingresado en la Unidad 256 pacientes (247 mujeres y 9 hombres).

**INGRESOS POR AÑO**

2008	2009	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022
17	18	13	19	15	19	17	18	19	15	14	15	16	22	19

Durante el año 2022 se han producido **19 ingresos** de pacientes, todas mujeres, con cuatro reingresos, y una estancia media natural (sin factores de corrección) de **72,3 días** (sin incluir las últimas dos pacientes que seguían ingresadas en el momento de facilitar estos datos).

**HOSPITAL DE DÍA DE TRASTORNOS DEL COMPORTAMIENTO ALIMENTARIO Y COMEDOR TERAPÉUTICO**

Tras completar el ingreso en la unidad de hospitalización, la mayor parte de los pacientes realizan seguimiento como pacientes externos en horario de 12:00 a 16:00 horas, por lo que además de acudir al Comedor Terapéutico, comparten también con el resto de pacientes la psicoterapia de grupo impartida por Psicología, el taller de psicodrama a cargo de dos terapeutas ocupacionales, y taller literario a cargo de un psiquiatra. Tras la comida, y durante el reposo, tiene lugar un grupo orientado por los propios pacientes y supervisado por el personal sanitario, en el que realizan determinados señalamientos en relación al transcurso de la comida (se señalan hábitos como trocear en exceso, ritmo de las comidas, clima grupal durante la comida, etc.).

Los grupos pueden albergar un número variable de pacientes. Esta variación se debe a la individualización de los tratamientos. Según la evolución de las pacientes, se van reduciendo los días de asistencia al comedor, de cara a lograr una adaptación a una vida normalizada, que irá requiriendo cada vez de menor soporte asistencial. Finalmente se les da el alta y se citan en Consultas Externas para llevar a cabo un seguimiento ambulatorio dentro del programa asistencial hospitalario.

Los Servicios prestados para los pacientes externos o ambulatorios son los siguientes:

- ✓ Comedor Terapéutico.
- ✓ Intervención clínica por parte de Psiquiatría de manera individual en frecuencia semanal.
- ✓ Seguimiento nutricional (evolución del IMC, valoración por Endocrinología, evolución mediante impedancia del % de masa grasa corporal, etc.).
- ✓ Psicoterapia de grupo (dos sesiones grupales a la semana por psicóloga clínica).
- ✓ Terapia ocupacional a través de terapia psicodramática, donde intervienen pacientes ingresados y los que acuden al comedor terapéutico.
- ✓ Terapia psico-educacional y entrenamiento en estrategias motivacionales para padres.
- ✓ Consultas externas.

## PROGRAMA/CLÍNICA DE CONSULTAS EXTERNAS DE TRASTORNOS DEL COMPORTAMIENTO ALIMENTARIO

Dadas las necesidades asistenciales de los pacientes con Trastornos de la Conducta Alimentaria moderados-graves, tanto en el ámbito hospitalario como ambulatorio, y a fin de continuar seguimiento de pacientes hospitalizados en la Unidad de Trastornos de la Conducta Alimentaria, se ha desarrollado un programa de asistencia ambulatoria para ofrecer un tratamiento de mayor intensidad asistencial en el ámbito hospitalario, dirigido a:

- ✓ Pacientes derivados desde la Unidad de Hospitalización de Trastornos de Conducta Alimentaria que requieren tratamiento intensivo.
- ✓ Pacientes con TCA moderado-grave derivados desde los Centros de Salud Mental del área de referencia.
- ✓ Pacientes derivados desde el Servicio de Endocrinología del hospital que cumplen criterios de TCA.

Las características de este programa de consultas externas son las siguientes:

- ✓ Evaluación y diagnóstico, aclarando el diagnóstico diferencial.
- ✓ Tratamiento que no requiere de Comedor Terapéutico/Hospital de Día u hospitalización completa.
- ✓ Control antropométrico a cargo de Enfermería.
- ✓ Tratamiento integral (psicoterapéutico y farmacológico) individual y grupal para los pacientes e intervenciones familiares y psicoeducativas.
- ✓ El tratamiento tiene acceso a otras especialidades médicas (Endocrinología, Ginecología, Digestivo, etc.) a los que se pide interconsulta si el seguimiento lo precisa.
- ✓ Requiere de un compromiso terapéutico por parte del paciente.
- ✓ La asistencia se realiza exclusivamente de manera voluntaria.
- ✓ Personal del equipo: psiquiatra, psicóloga y enfermera especialista en Salud Mental.

Durante el año 2022, se han valorado 275 pacientes como primera consulta, con trastornos principalmente de Anorexia Nerviosa, Bulimia Nerviosa y Trastorno por Atracón/Obesidad.

## HOSPITAL UNIVERSITARIO SANTA CRISTINA

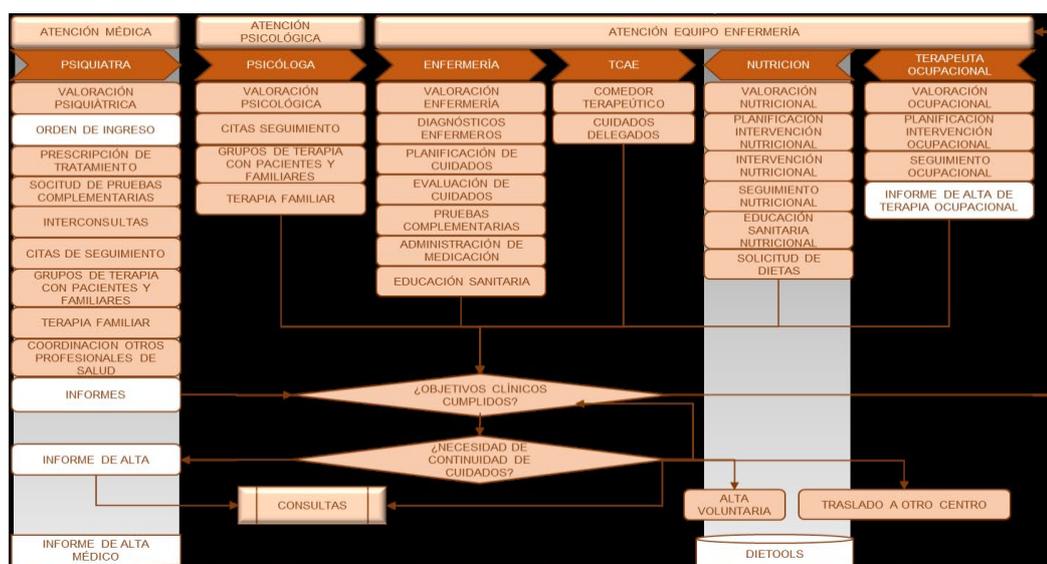
La **Unidad de Hospitalización de Día para Trastornos de la Conducta Alimentaria** está dirigida a pacientes **mayores de 18 años** que han seguido tratamientos previos psiquiátricos y psicológicos en los Centros de Salud Mental y Servicios de Psiquiatría en los Hospitales Generales de la Comunidad de Madrid.

Está ubicada en la tercera planta del edificio A del Hospital Universitario Santa Cristina y cuenta con los siguientes dispositivos asistenciales:

- ✓ **Consultas externas** para primeras evaluaciones pre-ingreso y seguimiento post-ingreso, (Psiquiatría, Psicología Clínica de Hospital de Día y Enfermería).
- ✓ **Interconsultas psiquiátricas** procedentes de todos los servicios del hospital que tienen hospitalización completa.
- ✓ 50 plazas de régimen de **Hospital de Día** psiquiátrico, con atención de lunes a viernes y actividades en horario de mañana (de 08:30 a 15:30 horas) y de tarde (de 14:30 a 21:00 horas). Se distribuyen según diagnóstico, dando preferencia al perfil restrictivo (Anorexia Nerviosa Restrictiva, Purgativa, Trastornos de Conducta no Especificados y algún caso de Bulimia Nerviosa) en horario de mañana (el pleno funcionamiento del hospital permite atender las mayores necesidades médicas de este grupo de pacientes) y Bulimia Nerviosa y Trastorno por Atracón en horario de tarde.

93

Desde marzo de 2020, con motivo de la pandemia, se planteó un tratamiento telemático para todos los pacientes de la Unidad y, desde entonces y hasta la actualidad, se ha mantenido este tipo de atención siempre que los pacientes han dado positivo a SARS CoV-19.



En el Hospital de Día, la atención se presta por un **equipo multidisciplinar** compuesto por dos psiquiatras, dos psicólogos clínicos, cuatro diplomados en enfermería, cuatro auxiliares de enfermería, dos auxiliares administrativos, dos terapeutas ocupacionales y dos nutricionistas adscritos al hospital.

- ✓ **Programa de Terapia Focal** de perfil restrictivo, y perfil con predominio de atracón, para la preparación a Hospital de Día. Los pacientes acuden a grupos de terapia focal con frecuencia semanal (2 sesiones/semana).
- ✓ **Grupo de pacientes de Larga Evolución**, que atiende a pacientes que, tras varios intentos de tratamiento en Hospital de Día, no plantean como objetivo la recuperación del trastorno de conducta alimentaria. Acuden a una sesión de terapia semanal.
- ✓ **Programa de Atención a las Familias**, un programa transversal del que se benefician los diferentes programas de Hospital de Día, programa de terapia focal y grupos de larga evolución, acudiendo a sesiones de terapia familiar (al inicio y durante el tratamiento), terapias de grupo de familiares y grupos multifamiliares (semanales/quincenales).

Los programas de larga evolución, de Terapia Focal de interconsulta, cuentan con un psiquiatra y un diplomado en enfermería.

- ✓ **Proceso PIATCA**. A raíz de la Alianza Estratégica suscrita con el Hospital Universitario Gregorio Marañón en el año 2022, se ha creado un **Proceso Integrado de Atención** a las personas que padecen **Trastornos de Conducta Alimentaria**, que pretende optimizar los recursos de ambos dispositivos para dar una atención integrada que permita dar respuesta según el nivel de necesidades que presentan los pacientes.

#### **Proceso Integrado de Atención a los Trastornos del Comportamiento Alimentario (PIATCA)**

El ámbito de aplicación del PIATCA es la población mayor de 18 años de la Comunidad de Madrid y atiende a todos los pacientes susceptibles de asistencia por Clínica TCA, por Hospital de Día TCA y todos los casos de características intermedias entre ambos recursos.

El proceso integrado aúna las características asistenciales de un programa ambulatorio (Clínica TCA y Ambulatorio Intensivo) y de un programa de hospitalización parcial (Hospital de Día) y permite la atención a estos trastornos con diferentes niveles de intensidad según la gravedad, mediante la elaboración de un **Programa Terapéutico Individualizado**.

Por este motivo, se atienden pacientes en diferentes momentos evolutivos de la enfermedad. En general, se observa que existe un grupo de pacientes con largos tiempos de evolución de su enfermedad, con antecedentes de hospitalizaciones y otros tratamientos en el pasado, y que frecuentemente han tendido a la cronicidad de los síntomas. Por otro lado, se atienden pacientes adultos jóvenes derivados en momentos iniciales de su trastorno alimentario.

Teniendo en cuenta esta realidad asistencial, los objetivos terapéuticos de ambos grupos son muy diferentes. Las intervenciones terapéuticas más intensivas se han demostrado más eficaces para modificar el curso de la patología a largo plazo, cuando se implementan en momentos tempranos del trastorno, mientras que, en el primer grupo, prima una atención basada en la prevención de posibles complicaciones somáticas y comorbilidades psiquiátricas habituales en pacientes de larga evolución.

La asistencia a los pacientes ingresados en la Unidad es fundamentalmente de tipo grupal, pero individualizando el tratamiento de cada paciente y su familia según las circunstancias y situación clínica. Además se han atendido consultas individuales, de pareja y realizado grupos para pacientes, familiares y multifamiliares, tanto para pacientes ingresados, como ambulatorios y de consultas externas.

Se valoran hasta cuatro pacientes nuevos semanalmente. El proceso de evaluación es secuencial y protocolizado, comenzando por Psiquiatría, seguido de citas con Psicología Clínica (asociadas siempre a valoración enfermera previa) y, en un tercer tiempo, por Terapia Ocupacional, Nutrición, Enfermería y Auxiliar de Enfermería, en caso de decidir el paso a Hospital de Día. De forma puntual, se decide el paso de pacientes al Programa Intensivo Ambulatorio tras valorar situación clínica, motivación al cambio y, especialmente, su grado de funcionalidad (siempre y cuando pertenezcan a la misma área sanitaria que cubre el Hospital Universitario Gregorio Marañón).

95

En la práctica se realizan entre dos y tres grupos de terapia al día (psiquiatra, psicóloga clínica y Terapia Ocupacional), además de dos grupos de Nutrición a la semana y dos grupos de Enfermería a la semana en el turno de mañana y, entre uno y dos grupos de terapia al día, en el turno de tarde (psiquiatra, psicóloga clínica y Terapia Ocupacional). Los espacios de psicoterapia se alternan con el comedor terapéutico distribuidos en:

- ✓ Hospital de Día de mañana: desayuno, media mañana, comida.
- ✓ Hospital de Día de tarde: merienda y cena, excepto los viernes en que, con la idea de trabajar otras ingestas a nivel nutricional, los pacientes acuden de 10 a 17 horas y disponen de comedor terapéutico en media mañana, comida y merienda.

A la atención al paciente se suma la atención psicoterapéutica a familiares en coterapia (psiquiatra y psicóloga clínica), realizando un grupo de terapia familiar (padres y parejas) a la semana para los pacientes con perfil de predominio Atracón, y grupos de terapia multifamiliar (paciente, padres, parejas y otras personas significativas: familia extensa, amistades, etc.) con periodicidad semanal en turno de mañana y quincenal en turno de tarde.

Se realizan además sesiones de terapia familiar, a razón de una media de tres a cinco sesiones por semana en cada turno.

Así mismo se continúa prestando atención grupal especializada a través del “Programa de larga duración de perfil restrictivo”, “Programa de terapia focal de preparación a Hospital de Día” y



“Grupos de pacientes en proceso de reincorporación a su vida, de perfil restrictivo” (este último tras su paso por Hospital de Día).

Los profesionales de Psiquiatría realizan labores de coordinación con los profesionales de Salud Mental de recursos específicos de TCA del área (Centros de Salud Mental y Unidades específicas de TCA) y de Unidades de Agudos de Psiquiatría de los hospitales generales. En este sentido, a principios de 2022, se ha creado un protocolo de comunicación para informar al psiquiatra/psicólogo clínico derivante de la inclusión/cambio/alta y/o derivación del paciente en relación con los diferentes programas de atención de la Unidad.

También este año se ha continuado poniendo especial énfasis en aportar una visión más práctica a lo trabajado teóricamente desde el punto de vista nutricional y ocupacional. Se han desarrollado, con especial implicación de las auxiliares de Enfermería de Hospital de Día, además de Nutrición y Terapia Ocupacional, diferentes talleres sobre “Alimentos de Temporada”, “Seguridad Alimentaria” o “Gestión de Compras”, fomentando una mayor implicación y colaboración activa por parte de los pacientes.

Asimismo, nuevamente se han llevado a cabo talleres conjuntos entre Enfermería de la Unidad y el Servicio de Fisioterapia del hospital, con muy buena acogida por parte de los pacientes, trabajando medidas posturales, suelo pélvico, etc.

El terapeuta ocupacional de mañana realiza, semanalmente, un taller sobre el uso de las nuevas tecnologías y redes sociales con los pacientes.

Este año no ha sido posible llevar a cabo los tradicionales encuentros entre equipo y pacientes del “Desayuno Terapéutico” y “Merienda Terapéutica” en Navidad, como consecuencia del curso de la pandemia, y se ha desarrollado solo por los pacientes, sin participación del equipo terapéutico, una ingesta lo más similar posible, en formato y variedad, a las ingestas que llevarían a cabo en periodo navideño con sus familias.

#### ACTIVIDAD ASISTENCIAL GENERAL DE LA UNIDAD DE TCA EN 2022

Pacientes Nuevos ( <i>derivados desde otros dispositivos a Hospital de Día</i> )	93
Altas en Hospital de Día	52
Pacientes en régimen de Hospital de Día con diagnóstico de Anorexia Nerviosa u otros trastornos no especificados	101
Pacientes en régimen de Hospital de Día con diagnóstico de Bulimia Nerviosa/Trastorno por Atracón	62
Atenciones a pacientes en régimen de Hospital de Día	4.488
Pacientes nuevos derivados a Programa Intensivo Ambulatorio	36

- **La coordinación estrecha de los diferentes profesionales es clave** para conseguir el mayor beneficio para el paciente y su familia.
- La Unidad trabaja en dos turnos en modalidad **Hospital de Día**, con 25 plazas ofertadas en cada uno de ellos:
 

**Turno de Mañana**, de lunes a viernes en horario de 8.30h a 15.15h. Perfil restrictivo: incluyendo anorexia nerviosa restrictiva, anorexia nerviosa purgativa, bulimia nerviosa y trastorno de conducta alimentaria no especificado (TCANE).

**Turno de Tarde**, de lunes a jueves de 14.30h a 21h y los viernes de 10h a 17h. Perfil donde predomina el atracón, incluyendo bulimia nerviosa, trastorno por atracón y obesidad.
- **Consulta externa:** Siempre vinculado a un período de tratamiento en Hospital de Día anterior o posterior. Horario de mañana y tarde, para pacientes y familiares en lista de espera de ambos turnos de hospital de día, pacientes de larga evolución y sus familiares, pacientes en seguimiento en prevención de recaídas y sus familiares.

**Contacta con nosotros:**

C/ Maestro Vives 2-3, 28008 MADRID  
 Hospital de Día, 3ª planta Edificio A (Hospitalización)  
 Consultas Externas, 2ª planta Edificio B (Consultas Externas)

Teléf. 91 557 45 75

Email: [sutca.hsc@salud.madrid.org](mailto:sutca.hsc@salud.madrid.org)

<http://www.comunidad.madrid/hospital/santacristina/indicadores/indicador-tratamiento-intensivo-trastornos-conducta-alimentaria-utca>

Escanéame

**UTCA**  
**Hospital Santa Cristina**

Unidad de Tratamiento de Trastornos de Conducta Alimentaria.  
3ª planta Edificio A (Hospitalización)

**Para derivar pacientes:**

Enviar hoja de canalización (genérica) y un breve informe psiquiátrico/psicológico, al número de Fax: 91 5574481.

## UTCA: Unidad de Tratamiento Intensivo de Trastornos de Conducta Alimentaria

La UTCA del Hospital Universitario Santa Cristina surge en 2008 como dispositivo ambulatorio especializado e intensivo (Hospital de Día)

### ¿Qué se ofrece?

Ofrece tratamiento integral, desde un punto de vista médico psiquiátrico, psicológico, nutricional, de terapia ocupacional y de enfermería a las personas mayores de 18 años con diagnóstico de anorexia nerviosa, bulimia nerviosa, trastorno por atracón y otros trastornos de conducta alimentaria no especificados.

### Cartera de servicios

Se trata de un programa de tratamiento integral individualizado adaptado a las necesidades de los pacientes y sus familiares según criterios clínicos, durante toda su evolución.

### Actividad

- De actividad clínica, se encuadra en la Red de Atención a los Trastornos de Conducta Alimentaria desarrollada por el Servicio Madrileño de Salud, a través de la Oficina Regional de Coordinación de Salud Mental y Adicciones.
- Pretende desarrollar así mismo un proyecto que abarca la atención clínica y docente.

### Hospital de Día

- Comedor Terapéutico durante su estancia en Hospital de Día.
- Tratamiento médico integral de las distintas especialidades médicas (endocrinología, ginecología, digestivo, rehabilitación...).
- Evaluación, diagnóstico y diagnóstico diferencial.
- Tratamiento farmacológico.
- Psicoterapia grupal desde diferentes perspectivas psicoterapéuticas: Terapia motivacional, cognitivo-conductual, interpersonal, de mentalización, imagen corporal, Psicodrama, Terapia de tercera generación, Grupo comunitario, Terapia familiar, grupos de terapia familiar, grupos de terapia multifamiliares.
- psicoeducación en marco individual y grupal: Grupo de educación para la salud, Grupo de relajación.
- Terapia Ocupacional.
- Educación Nutricional durante su estancia en Hospital de Día: Planificación y elaboración de menús, Grupo nutricional.
- Talleres prácticos nutricionales y de cocina.

### Consulta externa

\*Siempre vinculado a un periodo de tratamiento en Hospital de Día anterior o posterior.

- Atención ambulatoria individual, grupal y familiar para pacientes en lista de espera de Hospital de Día.
- Consultas de Post-Alta de Hospital de Día individual, grupal y familiar.
- Tratamiento psicofarmacológico.
- Consulta de seguimiento por Endocrinología.



**ATENCIÓN EN HOSPITAL DE DÍA. ANOREXIA NERVIOSA (RESTRICTIVA, PURGATIVA)**

Atenciones a pacientes en Consulta Externa

<b>PSIQUIATRÍA</b>	
Primeras consultas	56
Revisiones	193
<b>Total</b>	<b>249</b>
<b>PSICOLOGÍA</b>	
Primeras consultas	47
Revisiones	196
<b>Total</b>	<b>243</b>

**ATENCIONES A FAMILIARES DE PACIENTES**

Tipo de atención	Número de atenciones
------------------	----------------------

Grupos de Familias	1.420
Terapias Familiares	277
<b>Total</b>	<b>1.697</b>

98

**ATENCIÓN EN HOSPITAL DE DÍA. BULIMIA NERVIOSA Y TRASTORNO POR ATRACÓN**

Atenciones a pacientes en Consulta Externa

<b>PSIQUIATRÍA</b>	
Primeras consultas	43
Revisiones	193
<b>Total</b>	<b>236</b>
<b>PSICOLOGÍA</b>	
Primeras consultas	37
Revisiones	186
<b>Total</b>	<b>223</b>

**ATENCIONES A FAMILIARES DE PACIENTES**

Tipo de atención	Número de atenciones
------------------	----------------------

Grupos de Familias	391
Terapias Familiares	135
<b>Total</b>	<b>526</b>



### PROGRAMA INTENSIVO AMBULATORIO

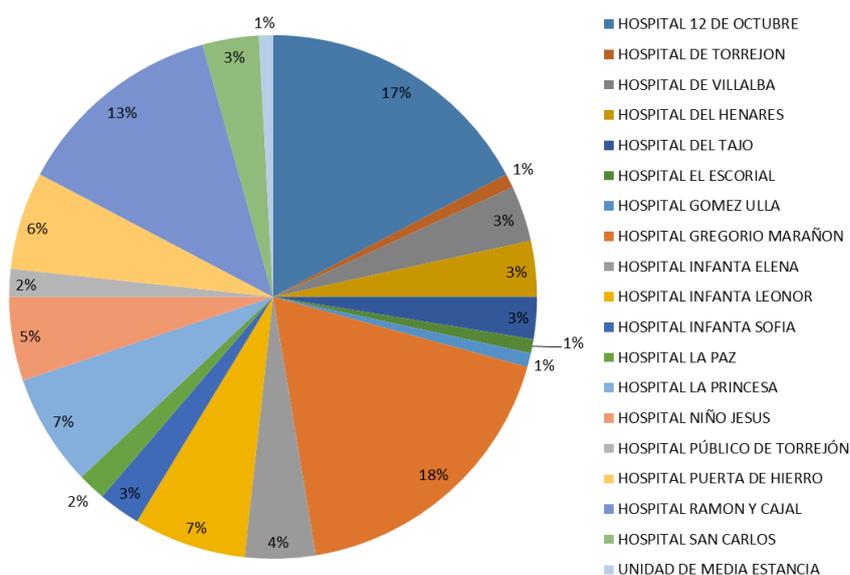
<b>PSIQUIATRÍA</b>	
Pacientes nuevos	31
Pacientes nuevos	682
Terapia Familiar	68
Grupos de Terapia Familiar	329
<b>PSICOLOGÍA</b>	
Pacientes nuevos	28
Pacientes nuevos	548
Terapia Familiar	139
Grupos de Terapia Familiar	327

### OTROS PROGRAMAS

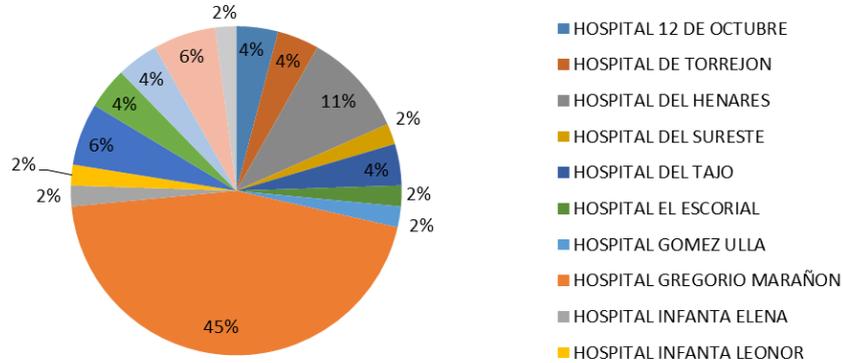
<b>INTERCONSULTAS HOSPITALARIAS</b>	
Pacientes atendidos	29
<b>PROGRAMA DE TERAPIA FOCALIZADA</b>	
Pacientes atendidos	70
Número de atenciones	576
<b>PROGRAMA DE LARGA EVOLUCIÓN</b>	
Pacientes atendidos	7
Número de atenciones	240

99

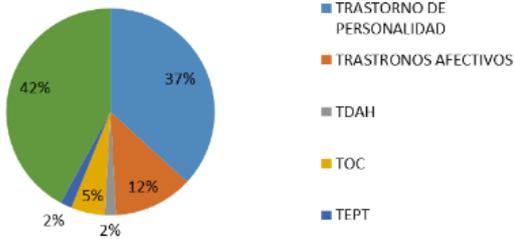
### ORIGEN DERIVACIONES HOSPITAL DE DIA



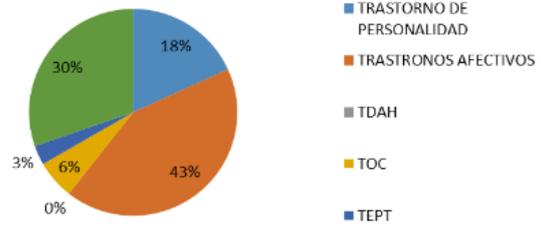
### ORIGEN DERIVACIONES PROGRAMA INTENSIVO AMBULATORIO. PIATCA



### TCA Y COMORBILIDAD. HD PERFIL RESTRICTIVO

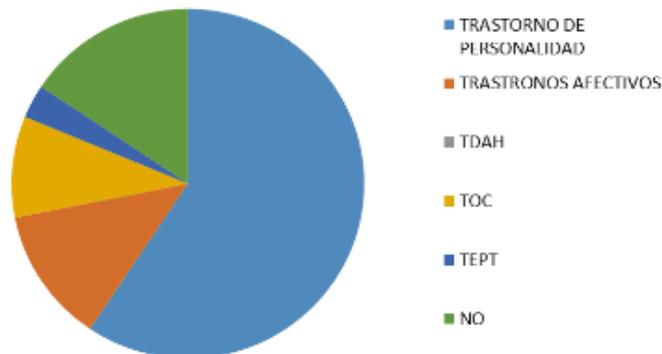


### TCA Y COMORBILIDAD. HD PERFIL ATRACON



100

### TCA Y COMORBILIDAD. PROGRAMA INTENSIVO AMBULATORIO. PIATCA



## CENTRO SAN JUAN DE DIOS DE CIEMPOZUELOS

### UNIDAD DE MEDIA ESTANCIA PARA TCA. RESUMEN 2022

		ADULTOS	MENORES
Pacientes derivados	26	21	5
Pacientes atendidos	31	23	8
Ingresos	14	10	4
Altas	17	11	6

### **4.7.5. COMISIÓN DE CASOS COMPLEJOS**

---

De acuerdo con lo previsto en el Plan Estratégico de Salud Mental y en aras de mejorar la coordinación entre los recursos específicos para el tratamiento de los Trastornos de la Conducta Alimentaria de la red de atención a la Salud Mental de la Comunidad de Madrid, se ha constituido una comisión para la valoración de casos complejos y la gestión de recursos específicos, auspiciada por la Oficina Regional de Coordinación de Salud Mental y Adicciones.

Son destinatarios de esta valoración y gestión de recursos los pacientes con diagnóstico de Trastorno de Conducta Alimentaria atendidos en la red de atención a la Salud Mental de la Comunidad de Madrid con patología de alta complejidad que requieren de medidas excepcionales a los procedimientos reglados de derivación a los recursos específicos para estos trastornos. Se incluyen además pacientes adolescentes con alta complejidad e igualmente para favorecer la transición de estos pacientes a los recursos de adultos.

Son funciones de esta Comisión:

- ✓ La gestión de los recursos asistenciales específicos, a través de la valoración clínica del recurso más adecuado en los casos de trastornos alimentarios de alta complejidad.
- ✓ La valoración de derivaciones a recursos altamente específicos para el tratamiento en régimen de hospitalización completa específicos para TCA (Unidades de Hospitalización Breve para Trastornos de Conducta Alimentaria y Unidad de Media Estancia para Trastornos de la Conducta Alimentaria).
- ✓ La valoración de la priorización de ingreso de los casos en lista de espera en Unidades de Hospitalización Breve y Unidad de Media Estancia para Trastornos de la Conducta Alimentaria.

**102**

La Comisión de Casos Complejos se reúne con periodicidad mensual y está compuesta por representantes de los recursos asistenciales específicos, responsables de la Oficina Regional de Coordinación de Salud Mental y Adicciones y profesionales responsables de la atención clínica del caso presentado en los Centros de Salud Mental, si fuera necesario.

Desde su primera reunión el 3 de noviembre de 2020, se ha reunido mensualmente y durante el año 2022, se han valorado **39 pacientes**, 26 de ellos para su ingreso en la Unidad de Media Estancia.



## **4.7.6. FORMACIÓN E INVESTIGACIÓN**

---

Como en años anteriores, el Plan de Formación Continuada de la Consejería de Sanidad para los profesionales sanitarios ha incluido en 2022 una amplia oferta formativa específica sobre Trastornos del Comportamiento Alimentario, en concreto, 36 acciones formativas diferentes, con 737,5 horas lectivas, de las que han sido beneficiarios más de 1.500 profesionales (médicos, enfermeros, auxiliares de enfermería, psicólogos y trabajadores sociales, fundamentalmente). Entre otros cursos, se han desarrollado los siguientes:

- ✓ Actualización en detección y manejo terapéutico de los Trastornos de Conducta Alimentaria en Atención Primaria.
- ✓ Actualización en detección y manejo terapéutico de los Trastornos de Conducta Alimentaria en Atención Hospitalaria.
- ✓ Supervisión de casos con Trastornos de la Conducta Alimentaria.
- ✓ Programa de actualización en cuidados y atención al paciente en el Hospital de Día de Trastornos de la Conducta Alimentaria.
- ✓ El papel de la enfermería en la prevención de los Trastornos de la Conducta Alimentaria del siglo XXI.
- ✓ Dificultades de alimentación en niños pequeños.
- ✓ Dieta cetogénica.
- ✓ Nutrición y alimentación.
- ✓ Aprendiendo de la teoría nutricional para aplicarla a nuestros pacientes.
- ✓ Prevención del sobrepeso infantil desde la consulta de Atención Primaria.
- ✓ Alimentación en mayores en el hogar y las residencias.
- ✓ Promoción de la actividad física y salud comunitaria en Atención Primaria.
- ✓ Obesidad y dietas: evidencias y controversias.
- ✓ El ejercicio es medicina: receta de ejercicio.
- ✓ Actualizaciones en endocrinología y nutrición.
- ✓ Nutrición clínica.
- ✓ Atención nutricional en personas mayores.
- ✓ Atención nutricional en personas mayores institucionalizadas.
- ✓ Educación diabetológica y nutrición en la gestante con diabetes.
- ✓ Actualización en nutrición clínica y dietética.

Por otra parte, numerosos profesionales de los dispositivos asistenciales de la red pública de atención a los Trastornos del Comportamiento Alimentario han continuado participando como tutores de prácticas y/o docentes en materias relacionadas con estas patologías en los grados universitarios de Medicina, Enfermería, Psicología, Nutrición Humana y Dietética y Terapia Ocupacional de diversas universidades madrileñas. Estos profesionales tienen una contribución esencial en la formación docente, no sólo de pregrado, también máster y de postgrado de residentes de diferentes especialidades de Ciencias de la Salud (Médicos Internos Residentes, Psicólogos Internos Residentes y Enfermeros Internos Residentes), que realizan sus prácticas clínicas y/o rotaciones en estos dispositivos del Servicio Madrileño de Salud. Adicionalmente, numerosos especialistas en formación de otras Comunidades Autónomas y procedentes de distintos países eligen también estos centros y unidades especializadas para hacer una estancia formativa o una rotación.

Muchos de sus profesionales son también tutores y/o profesores en el Máster de Psicología General Sanitaria de la Universidad Autónoma de Madrid, en el Máster en Trastornos de la Conducta Alimentaria de la Universidad Complutense de Madrid y en el Máster en Trastornos del Comportamiento Alimentario y Obesidad de la Universidad Europea de Madrid.

Asimismo, e independientemente de numerosas sesiones clínicas, sesiones bibliográficas y talleres, durante 2022 se han desarrollado diferentes acciones científicas y de intercambio de conocimientos y experiencias, directa y específicamente relacionadas con los trastornos de la alimentación, que han contado con una muy elevada participación de los profesionales sanitarios del Servicio Madrileño de Salud como ponentes y/o conferenciantes, asistentes y participantes en las conferencias, charlas, coloquios o talleres, así como con la presentación de comunicaciones y póster.

104

## ESCUELA MADRILEÑA DE SALUD

El 4 de mayo tuvo lugar el **Aula Virtual** sobre **Trastornos del Comportamiento Alimentario** impartida por la Dra. Montserrat Graell, Jefa de Psiquiatría del Hospital Niño Jesús y reconocida experta en la materia.



Los trastornos de la conducta alimentaria son un conjunto de alteraciones graves relacionadas con la ingesta de comida cuyo origen se encuentra en múltiples factores. Es un problema de salud mental que puede llegar a poner en peligro la vida de quien lo sufre, que requiere de apoyo y tratamiento y que es importante prevenir sobre todo en la población más joven.

Hablamos de trastornos de la conducta alimentaria (TCA) para referirnos a un conjunto de alteraciones graves relacionadas con la ingesta de alimentos (restricción prolongada de comida, atracones, obsesión por el peso y la imagen corporal, pérdida de peso,...) asociadas a determinadas anomalías psicológicas (elevado nivel de perfeccionismo, impulsividad, baja autoestima, insatisfacción con la imagen corporal, etc.).

Se trata de un problema de salud mental que aparece con más frecuencia en la adolescencia debido a la mayor vulnerabilidad que presentamos las personas en esta etapa de la vida, en la que se está formando nuestra identidad y se producen cambios corporales importantes. La incidencia es mayor en mujeres.



Además del Aula Virtual, la Escuela Madrileña de Salud ha desarrollado y publicado otros recursos en relación con los trastornos de la conducta alimentaria, la alimentación, el ejercicio físico, la prevención del sedentarismo o hábitos saludables. Entre ellos, los siguientes:

Anorexia y bulimia. Trastornos de la Conducta Alimentaria

<https://escueladesalud.comunidad.madrid/landing-page/463.html>

Ejercicio de relajación: salivación consciente

<https://escueladesalud.comunidad.madrid/landing-page/539.html>

Ejercicio de relajación: fortalecer tu autoestima

<https://escueladesalud.comunidad.madrid/landing-page/585.html>

Ejercicio de relajación: higiene mental para empezar el día

<https://escueladesalud.comunidad.madrid/landing-page/542.html>

Ejercicio de relajación: afirmación positiva

<https://escueladesalud.comunidad.madrid/landing-page/540.html>

Ejercicio de relajación: consciencia del cuerpo

<https://escueladesalud.comunidad.madrid/landing-page/539.html>

Ejercicio de relajación: respiración consciente y sentida

<https://escueladesalud.comunidad.madrid/landing-page/538.html>

Ejercicio de relajación: respirar contando de 1 a 10

<https://escueladesalud.comunidad.madrid/landing-page/531.html>

Pausas activas saludables en el entorno laboral para contrarrestar los efectos nocivos del sedentarismo prolongado

<https://escueladesalud.comunidad.madrid/landing-page/432.html>

En tiempos de estrés, haz lo que importa. Herramientas para gestionar el estrés

<https://escueladesalud.comunidad.madrid/landing-page/477.html>

La importancia de la prevención en las adicciones

<https://escueladesalud.comunidad.madrid/landing-page/507.html>

Alfabetización o cultura de salud

<https://escueladesalud.comunidad.madrid/landing-page/490.html>

Aprende a utilizar los medicamentos

<https://escueladesalud.comunidad.madrid/landing-page/506.html>

Día mundial de la obesidad

<https://escueladesalud.comunidad.madrid/landing-page/452.html>

Día mundial de la salud

<https://escueladesalud.comunidad.madrid/landing-page/458.html>

Día mundial de las Habilidades de la Juventud

<https://escueladesalud.comunidad.madrid/landing-page/510.html>

Día internacional del Autocuidado

<https://escueladesalud.comunidad.madrid/landing-page/512.html>

Día internacional de la juventud

<https://escueladesalud.comunidad.madrid/landing-page/520.html>

Familia saludable

<https://escueladesalud.comunidad.madrid/landing-page/447.html>

Trastorno Límite de la Personalidad

<https://escueladesalud.comunidad.madrid/landing-page/630.html>

¿Interaccionan los alimentos con los medicamentos?

<https://escueladesalud.comunidad.madrid/landing-page/655.html>

Competencias digitales en salud

<https://escueladesalud.comunidad.madrid/landing-page/654.html>

Adicionalmente, y con el objetivo de facilitar más recursos informativos y formativos, la Escuela Madrileña de Salud proporciona acceso gratuito desde ordenadores, tablets y móviles, a otros materiales educativos multimedia *on line* en su plataforma virtual, que se han desarrollado con anterioridad a 2022. Entre ellos:

Trastornos de la Conducta Alimentaria

<https://escueladesalud.comunidad.madrid/landing-page/391.html>

Conductas de salud con respecto al consumo de alimentos

<https://escueladesalud.comunidad.madrid/landing-page/51.html>

Reto virtual “Qué y cómo hay que comer”

<https://escueladesalud.comunidad.madrid/landing-page/291.html>

10 consejos para cuidar la salud de su aparato digestivo

<https://escueladesalud.comunidad.madrid/landing-page/322.html>

La obesidad y sus consecuencias

<https://escueladesalud.comunidad.madrid/landing-page/397.html>

Tengo obesidad ¿Qué puedo hacer?

<https://escueladesalud.comunidad.madrid/landing-page/396.html>

¿Interaccionan los alimentos con los medicamentos?

<https://escueladesalud.comunidad.madrid/landing-page/655.html>

La importancia de una alimentación adecuada en niños

<https://escueladesalud.comunidad.madrid/landing-page/306.html>

Consejos para una actividad física saludable

<https://escueladesalud.comunidad.madrid/landing-page/52.html>

¿Cuánta actividad física deben realizar los niños en Educación Infantil?

<https://escueladesalud.comunidad.madrid/landing-page/119.html>

Mi plan para ganar salud con el ejercicio físico

<https://escueladesalud.comunidad.madrid/landing-page/417.html>

Recomendaciones sobre actividad física y hábitos sedentarios

<https://escueladesalud.comunidad.madrid/landing-page/200.html>

Pausas activas saludables para contrarrestar los efectos nocivos del sedentarismo prolongado

<https://escueladesalud.comunidad.madrid/landing-page/432.html>

El estigma en la enfermedad mental

<https://escueladesalud.comunidad.madrid/landing-page/203.html>

¿Qué son las emociones?

<https://escueladesalud.comunidad.madrid/landing-page/159.html>

El triángulo del bienestar

<https://escueladesalud.comunidad.madrid/landing-page/46.html>

Habilidades para la vida

<https://escueladesalud.comunidad.madrid/landing-page/316.html>

12 ideas geniales para cuidar la salud mental

<https://escueladesalud.comunidad.madrid/landing-page/363.html>

Herramientas para gestionar el estrés

<https://escueladesalud.comunidad.madrid/landing-page/477.html>

Hábitos de vida saludables

<https://escueladesalud.comunidad.madrid/landing-page/31.html>

¿Qué es la ansiedad?

<https://escueladesalud.comunidad.madrid/landing-page/106.html>

La depresión en 10 preguntas

<https://escueladesalud.comunidad.madrid/landing-page/167.html>

Trastorno Límite de la Personalidad

<https://escueladesalud.comunidad.madrid/landing-page/630.html>

La importancia de la prevención en las adicciones

<https://escueladesalud.comunidad.madrid/landing-page/507.html>

Gestiona tu estrés, relájate

<https://escueladesalud.comunidad.madrid/landing-page/153.html>

## INVESTIGACIÓN

Las líneas de investigación prioritarias actualmente están relacionadas con la investigación clínica en trastornos específicos de la conducta alimentaria, aspectos epidemiológicos, neurobiológicos, clínicos y terapéuticos, evolución y comorbilidad con otros trastornos y sus correlatos dentro del espectro impulsivo.

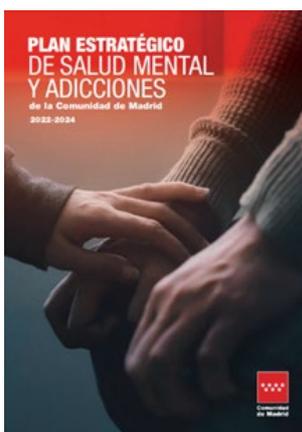
A título ilustrativo, están en curso los proyectos de investigación “Terapia dialéctico-conductual en pacientes con Trastorno del Comportamiento Alimentario y Trastornos de la Personalidad” y “Eficacia de una intervención intensiva ambulatoria en Trastornos de la Conducta Alimentaria” (estudio de seguimiento de pacientes a 10 años para identificar variables predictoras de evolución del trastorno).

Entre la actividad científica desarrollada por los profesionales sanitarios, se encuentran igualmente múltiples publicaciones especializadas o su participación en libros, capítulos de libros o artículos, tanto en el ámbito nacional como internacional.

#### 4.7.7. NUEVAS ACCIONES TCA EN EL PLAN ESTRATÉGICO DE SALUD MENTAL Y ADICCIONES DE LA COMUNIDAD DE MADRID 2022-2024

El nuevo Plan Estratégico de Salud Mental y Adicciones para el periodo 2022-2024 plantea 12 líneas estratégicas con 94 objetivos específicos, para cuya consecución se proponen 287 actuaciones, evaluables a través de indicadores específicos.

(Disponible a través del enlace <https://gestion3.madrid.org/bvirtual/BVCM050836.pdf>)



La **Línea Estratégica 7** recoge los objetivos y actuaciones que marcarán el camino en el desarrollo de la atención a las personas con **Trastornos del Comportamiento Alimentario** en los próximos años.

Para su elaboración se partió de un grupo de trabajo propio, formado por profesionales expertos en la materia, tanto de los dispositivos de la red específica de atención, como de programas TCA en servicios y áreas de gestión de Psiquiatría y Salud Mental de la red general de Salud Mental. Así mismo, y como novedad respecto a planes previos, desde el inicio, el grupo contó con la participación de representantes de usuarios y familiares (ADANER).

109

Como breve síntesis de esta línea, en la atención de personas con trastornos alimentarios, se remarca la importancia de adaptar el proceso de atención a la necesidad, en cada momento, de cada persona, según su gravedad, y con dimensión de continuidad, que mejore tanto el TCA leve en el ámbito comunitario, como el grave y el de larga evolución, optimizando la coordinación con otros recursos.

Esta línea estratégica plantea **20 actuaciones** para la consecución de los siguientes objetivos:

- ✓ Mejorar la atención de proximidad en función de la gravedad y a lo largo de todo el ciclo vital, a través del proceso de atención integral en cada Servicio/Área de Gestión.
- ✓ Mejorar el tratamiento intensivo de personas con trastorno grave y de larga evolución.
- ✓ Consolidar el programa de Media Estancia en adolescentes y adultos.
- ✓ Avanzar en la atención psicosocial comunitaria.
- ✓ Mejorar la continuidad y coordinación de la atención.
- ✓ Mejorar la asistencia de pacientes con Trastorno del Comportamiento Alimentario y Trastorno de Personalidad.
- ✓ Promover la participación del movimiento asociativo en el proceso asistencial.

De las 20 actuaciones, 6 son de alcance central, 12 son de alcance local y 2 son mixtas, con una parte local y otra central.

Las 6 actuaciones de alcance central se dirigen a promover la coordinación, la continuidad asistencial y la atención psicosocial de las personas con TCA. En ese sentido, destaca la definición de los criterios de estratificación en cinco grupos según gravedad (leve, moderado, grave, larga evolución y resistente), para facilitar la adecuación y eficiencia de los recursos y programas y la mejor atención de las personas, según su gravedad.

Por otra parte, se plantea valorar la integración de los programas con Atención Primaria, así como la actualización y difusión del mapa de recursos y programas de TCA. Finalmente, establece la necesaria colaboración con la Consejería de Juventud, Familia y Política Social, para el avance en la atención especializada en el ámbito psicosocial, a través de los recursos propios de la red social de atención a la salud mental, también para personas con TCA.

En cuanto a las 12 actuaciones desarrolladas por los Servicios y Áreas de Psiquiatría y Salud Mental, destaca el desarrollo, en cada Servicio/área de gestión, de un programa específico (proceso integral TCA), con la participación del Centro de Salud Mental, Unidad de Hospitalización Breve y Hospital de Día, y con las intervenciones de Enfermería y psicoterapéuticas específicas, tanto a nivel individual como de familia. Para ello, se consolida la figura del referente TCA por Servicio y Centro de Salud Mental, y se designan también referentes TCA de Enfermería de Salud Mental, así como en el Servicio de Endocrinología y de Pediatría correspondiente.

110

Por otra parte, para mejorar la atención a las personas con mayor gravedad, se promueve su incorporación en los Programas de Continuidad de Cuidados de los Centros de Salud Mental, el desarrollo de Programas Intensivos en Hospitales de Día de adultos e infanto-juveniles, la Hospitalización a Domicilio, los Programas de Larga Evolución en Hospitales de Día, recursos específicos y Unidades de Cuidados Psiquiátricos Prolongados.

Así mismo, se incluyen programas post-alta en los primeros dos años tras hospitalización en Unidades de Hospitalización Breve, Hospital de Día o Unidad de Media Estancia, para evitar recaídas. También se promueven los programas de comorbilidad médica en casos de TCA con TP en la Unidad de Trastornos de la Personalidad del Hospital Dr. Rodríguez Lafora y en la Unidad de Media Estancia de adolescentes, así como el análisis de actividad y eficiencia de la Unidad de Media Estancia específica de adultos y adolescentes. Todo ello, con el impulso de la participación activa de las asociaciones de usuarios y familiares.

Las dos actuaciones mixtas, que conllevan participación central y local son, por una parte, los programas de transición de adolescentes a adultos y, por otra, la coordinación y continuidad de la atención en caso de ingreso en la Unidad de Media Estancia, a través de la mejora de la coordinación entre los profesionales responsables del paciente, así como de la información al alta sobre áreas trabajadas y por trabajar, y la priorización al alta en el circuito específico de TCA.



Se consideran actuaciones de máxima prioridad, por el Comité Operativo del Plan, la elaboración e implantación del proceso asistencial integral en cada Servicio o Área, con la participación de los referentes TCA locales, incluida enfermería de salud mental y las asociaciones.



## LÍNEA ESTRATÉGICA 7

Atención a las personas con trastorno  
de la conducta alimentaria

### L7. OBJETIVOS

1. Mejorar la atención de proximidad de personas con TCA en función de la gravedad y a lo largo de todo el ciclo vital a través del proceso de atención integral en cada Servicio/Área de Gestión.
2. Mejorar el tratamiento intensivo de personas con TCA grave y de larga evolución.
3. Consolidar el programa UME TCA en adolescentes y adultos.
4. Avanzar en la atención psicosocial comunitaria de las personas con TCA.
5. Mejorar la continuidad y coordinación de la atención a las personas con TCA.
6. Mejorar la asistencia de pacientes con TCA y TP.
7. Promover la participación del movimiento asociativo en el proceso asistencial TCA.

## 4.7.8. VALORACIÓN MÉDICA EN LAS PASARELAS DE MODA MERCEDES-BENZ FASHION WEEK Y EGO

---

En septiembre de 2005, la Pasarela de Moda Mercedes Benz Fashion Week de Madrid, en ese momento denominada Pasarela Cibeles, fue noticia en todo el mundo, cuando la Comunidad de Madrid determinó que, para poder **desfilan** en ella, sus **modelos** debían pasar un **control de peso**.

De forma coordinada entre el Gobierno Regional, la Autoridad Sanitaria y las sociedades científicas más relevantes en el ámbito de la nutrición y los trastornos de la conducta alimentaria, la Sociedad Española de Endocrinología y Nutrición (SEEN) y la Sociedad Española para el Estudio de la Obesidad (SEEDO), se consensó que aquellos modelos cuyo peso fuera muy bajo y/o con una imagen corporal extremadamente delgada, no podrían desfilan.

Fue una medida polémica, mal aceptada y criticada por el mundo de la moda, principalmente diseñadores y agencias de modelos, pero muy aplaudida por el mundo sanitario y la población general.

En la primera edición de la pasarela de moda en la que se aplicó esta iniciativa pionera, el 60% de los modelos no pasaron el corte establecido para un Índice de Masa Corporal (IMC) superior a 18.

Sin embargo, después de 17 años manteniendo la medida, se ha conseguido que los modelos que desfilan, mujeres y hombres, tengan una imagen saludable, evitando la delgadez extrema, cuyo impacto en personas jóvenes puede resultar muy negativo e inducirles a perder peso, lo que, en ocasiones, podría derivar hacia trastornos de conducta alimentaria, como la anorexia o la bulimia.

**Todos** los **modelos**, mujeres y hombres, que desfilan en las Pasarelas Mercedes Benz Fashion Week y EGO son sometidos previamente a **estudio** de la **imagen corporal** y **peso** por parte de un **médico especialista** en **Endocrinología** y **Nutrición**. Concretamente la valoración incluye:

- ✓ Inspección visual: se busca que la imagen externa de los modelos, independientemente de su peso, no sea muy delgada.
- ✓ Control de peso: se exige a todos los modelos un Índice de Masa Corporal igual o mayor a 18 (kg/m<sup>2</sup>), que es el rango más bajo de la normalidad (se considera IMC normal entre 18 y 25).
- ✓ Una vez realizada la inspección visual y el control de peso, se toma la decisión individualizada sobre si pueden o no desfilan, de manera que cualquier modelo con un Índice de Masa Corporal inferior a 18 y/o con una imagen de extrema delgadez no es autorizado a desfilan.

## RESULTADOS CONTROLES PASARELAS 2022

EDICIÓN MARZO	Mercedes-Benz Fashion Week	EGO
Total Modelos Femeninas	55	13
<b>IMC Medio Modelos Femeninas</b>	<b>19</b>	<b>18,9</b>
Modelos Femeninas Retiradas	0	1
Total Modelos Masculinos	25	15
<b>IMC Medio Modelos Masculinos</b>	<b>20,9</b>	<b>20,5</b>
Modelos Masculinos Retirados	0	0

EDICIÓN SEPTIEMBRE	Mercedes-Benz Fashion Week	EGO
Total Modelos Femeninas	48	16
<b>IMC Medio Modelos Femeninas</b>	<b>18,7</b>	<b>18,7</b>
Modelos Femeninas Retiradas	0	0
Total Modelos Masculinos	15	11
<b>IMC Medio Modelos Masculinos</b>	<b>20,2</b>	<b>22</b>
Modelos Masculinos Retirados	0	0

113

Tras todos estos años haciendo el control de peso y valoración de la imagen externa de forma sistemática, en los que hay que destacar también que todos los modelos pasan el examen sin problemas y sin plantear objeciones, se ha conseguido que el *casting* previo que se hace a todos los aspirantes a desfilas ya tenga en cuenta que no podrán hacerlo personas extremadamente delgadas, independientemente de su estado de salud o de que su delgadez sea natural o constitucional.

De hecho, cada vez es más excepcional que se presenten modelos candidatos a los que finalmente haya que excluir por su delgadez fuera de lo normal.

En definitiva, y teniendo en cuenta que estamos hablando de modelos de pasarela y no de población general, se puede afirmar que la labor desarrollada en estos 17 años se ha traducido en la **normalización del peso** en el contexto de la **moda** en la **Comunidad de Madrid**.



**C**ompendio de las acciones desarrolladas durante el año 2022 por las Consejerías del gobierno regional en cumplimiento de los compromisos adquiridos en el Pacto Social de la Comunidad de Madrid contra los Trastornos del Comportamiento Alimentario



**Comunidad  
de Madrid**