



ASOCIACION EN DEFENSA DE LA ATENCION A LA
ANOREXIA NERVIOSA Y BULIMIA



MEMORIA 2015

1. Presentación.

Constitución y Registros oficiales

1.2 Fines y objetivos recogidos en los Estatutos

2. Medios personales y materiales.

2.1 Composición de la Junta Directiva.

2.2 Composición del equipo de trabajo.

2.3 Medios materiales.

3. Asociados.

3.1 Socios.

4. Estructura.

4.1 Órganos de gobierno.

4.2 Órgano de Gestión.

5. Participación órganos de representación.

6. Actividades.

7. Talleres.

8. Formación de voluntarios/as.

9. Fuentes de financiación.

10. Colaboraciones.

11. Dirección y contacto.

1. PRESENTACIÓN

Constitución y Registros oficiales.

Adaner Málaga Asociación en Defensa de la Atención de la Anorexia Nerviosa y la Bulimia, es una asociación de familiares y afectados de anorexia nerviosa y bulimia, además de un concepto social. Está abierta a todos los interesados por estos problemas. Inscrita en Mayo de 2010 en el registro de asociaciones de la Junta de Andalucía, con nº 9.047, en el registro de asociaciones del Ayuntamiento de Málaga con el nº 2.359, en el registro del voluntariado con 2.047 y en ayuda mutua con el 1209/10, con NICA Nº 43262 y Declarada de Utilidad Pública en 2015.

Adaner Málaga es una organización no gubernamental (ONG), sin ánimo de lucro, de reconocido prestigio y con una larga andadura, declarada de Utilidad Pública este 2015.

1.1 Fines y objetivos recogidos en los Estatutos.

- Contribuir a la mejora de la calidad de vida de enfermos afectados con un Trastorno del Comportamiento de la Alimentación.*
- Procurar la mejora de la atención a los Trastornos del Comportamiento Alimentario en nuestro país, tanto en los aspectos médicos como en los sociales, tratando de motivar a sectores públicos y privados con capacidad organizativa y de medios para ello.*
- Contribuir a la difusión de todos los aspectos relacionados con la enfermedad, al objeto de sensibilizar a los profesionales de la salud, educación y servicios sociales en relación con el primero de los fines de los Asociación.*
- Fomentar la investigación y el estudio sobre los trastornos del Comportamiento Alimentario en sus aspectos médicos y en los que rodean a la vida del enfermo y de su familia.*
- Involucrar a la juventud en proyectos, cursos y actuaciones con el fin de conseguir nuevas ideas y programas de actuación conjunta con las asociaciones juveniles y aquellos sectores que lleguen de manera directa a la juventud así como la organización de actividades dirigidas a la promoción de la salud entre los jóvenes así como cualquier actividad de cualquier otra índole encaminada al desarrollo y defensa de la juventud.*
- Defensa activa hacia la mujer y su imagen (tanto exterior como interior). Organizando actividades dirigidas a la promoción de la igualdad de oportunidades de las mujeres y todo tipo de acciones encaminadas a la defensa y desarrollo de las mujeres.*
- En las Administraciones Sanitarias (del Estado y Autonómicas) incidiendo en ellas para que desarrollen, organicen y coordinen políticas de atención sanitaria a los enfermos de Anorexia Nerviosa y Bulimia en los distintos niveles asistenciales, Centros de Atención Primaria, Centros de Salud Mental y Hospitales.*
- En los enfermos y familiares con Anorexia Nerviosa y Bulimia, orientándoles hacia las vías más adecuadas para su atención, creando y potenciando estrategias de autoayuda que refuercen su línea de recuperación.*
- En la sociedad en su conjunto: Fomentando la participación de la población con la sensibilización, el apoyo y la información necesarios para que ejerzan su Derecho a la Salud*

2. MEDIOS PERSONALES Y MATERIALES.

2.1 Composición de la Junta Directiva.

- ❖ Presidenta: Rosa Sanz Sandoval.*
- ❖ Tesorera: Emilia Mellado Leal.*
- ❖ Secretaria: M^a Carmen Rodríguez García.*

2.2 Composición del equipo de trabajo.

Administración y coordinación:

- ✓ Lidia Fernández López.

Destacar el gran trabajo que realizan los 29 voluntari@s con los que cuenta Adaner Málaga de manera altruista, siendo el pilar fundamental de nuestra asociación.

Equipo de Voluntari@s:

- ✓ 18 Psicólogos/as
- ✓ 2 Técnicos en Nutrición
- ✓ 6 Monitoras de atención personal
- ✓ 2 Monitoras de actividades lúdicas
- ✓ 1 Gestor

2.3 Medios.

Adaner Málaga cuenta con un local de unos 65 metros en alquiler, situado en Calle Chico del Matadero nº4, local 5-6, C.P. 29004 Málaga.

El local consta de recepción, cuatro despachos, dos aseos y sala de reuniones donde se realizan los grupos de autoayuda, talleres para los/as usuarios/as y familiares y la formación de los/las voluntarios/as.

2.4 Materiales.

Disponemos de impresora, ordenadores, teléfono fijo y móvil, internet, mobiliario de oficina y material de oficina. Además para el desarrollo de diferentes actividades informativas y formativas disponemos de proyector, pantalla y pizarra.

3. ASOCIADOS.

Terminamos el año 2015 con 114 asociados con cuota de socio de diferentes zonas de la provincia de Málaga, todos tienen los mismos derechos y deberes desde el momento de su admisión.

4. ESTRUCTURA.

4.1 Órganos de gobierno.

1.- Junta Directiva.

2.- Asamblea General.

Adaner Málaga está representada por la Junta Directiva. Este órgano directivo es el encargado de administrar y dirigir la entidad en nombre del máximo órgano de gobierno de la entidad, que es la Asamblea General.

La Junta Directiva se reúne varias veces al año y una en asamblea general extraordinaria, para tratar los principales temas referidos a gestión técnica y administrativa de Adaner Málaga, estado de cuentas, programas y proyectos, seguimiento de actividades, así como planificación y fomento de nuevas iniciativas bajo convocatoria previa y la dirección de la presidenta, levantando Acta de los acuerdos que se adopten. Asimismo, la directiva de Adaner Málaga se compone de interlocutoras activas, trasladando las principales necesidades y demandas de las personas con trastornos de la conducta de la alimentación (TCA), a los principales organismos públicos y privados.

Será elegida cada 4 años en Asamblea General y sus miembros pueden ser reelegidos indefinidamente.

Reuniones celebradas:

- Málaga, 2 de febrero de 2015.
- Asamblea General Extraordinaria, Málaga, 14 de Abril de 2015.

2.- Asamblea General.

Asamblea General Extraordinaria, es el máximo órgano de gobierno.

4.2 Órgano de Gestión.

-Equipo técnico de trabajo.

Designado por la Junta Directiva.

Las funciones del equipo serán las asignadas en los protocolos de voluntariado y Estatutos, la dirección y coordinación del equipo técnico a su cargo y las encomendadas por la Presidenta en relación con los fines de la asociación.



5. PARTICIPACIÓN EN ÓRGANOS DE REPRESENTACIÓN.

Adaner es una asociación de ámbito Nacional sin ánimo de lucro constituida en Julio de 1991. Declarada de utilidad pública en 1998. Actúa en todo el territorio nacional a través de sus delegaciones y sus asociaciones federadas en Federadaner, máximo órgano de representación de los TCA.

Es miembro numerario de las asociaciones ANAD (USA) y de EDA (Reino Unido). Además, mantiene de forma permanente intercambios con Asociaciones y Estamentos de ámbito nacional e internacional. Estos intercambios suponen completar la información sobre la enfermedad en otros países bajo ópticas e inquietudes parecidas a las de ADANER. También, a través de ellos, se reciben escritos y artículos monográficos de profesionales europeos y americanos que ADANER traduce en su caso y divulga a los afectados en España.

6. Actividades de Adaner Málaga.

- * Atención telefónica.
- * Información y asesoramiento.
- * Formación del Voluntariado
- * Módulo apoyo individual.
- * Módulo de alimentación sana.
- * Grupos de autoayuda para afectados/as y familiares.
- * Talleres
- * Jornada de sensibilización y prevención de los TCA.
- * Charlas en IES y AMPAS.
- * Visitas en ingreso hospitalario.
- * Trabajo en Red
- * Medios de comunicación



Nuestro objetivo general es dar cabida y atención a toda persona que requiera información sobre la Anorexia Nerviosa o la Bulimia, procurar que los dispositivos existentes cumplan con su funcionamiento, mejorar la calidad de vida de nuestro colectivo y promover las actividades necesarias para ello. La información facilitada sobre los recursos de la sanidad pública, es la recogida en el manual de recomendaciones sobre los TCA y elaborada por el Servicio Andaluz de Salud.

Los proyectos son impulsados por las demandas de los usuarios/as, causados por la falta de recursos, coordinación, criterios y concienciación existentes en el SAS en materia continuada de tratamiento, ingresos y hospital de día de los TCA, abarcando la asociación la mayoría de sus necesidades.

6.1 Atención Telefónica

Son atendidas las demandas de información de nuestros asociados/as, usuarios/as, familiares y población en general a través de diferentes medios: teléfono, correo electrónico o directamente en la sede. Asimismo, son atendidos los requerimientos de entidades, tanto públicas como privadas, que teniendo como objetivo nuestros intereses y finalidades, precisan de nuestro asesoramiento y colaboración.

6.2 Información, orientación y asesoramiento.

La información más demandada y la proporcionada a los/las demandantes tiene que ver con los Trastornos de la Conducta de la Alimentación (TCA), ¿qué son?, sus consecuencias, tratamiento adecuado, los recursos disponibles en el sistema público de salud, recursos internos dentro de la misma asociación como respuesta a la escasez o al déficit de lo anterior...

Por otra parte, también se ofrece información sobre Adaner Málaga en todo contexto asociativo a toda persona que así lo necesite.

Este servicio a su vez nos permite detectar diferentes necesidades, las cuales nos sirven para impulsar y poner en marcha nuevas actividades y proyectos.

Proporcionamos trípticos informativos durante todo el año a la población en general.

ATENCIÓN: Este año hemos atendido a más de 1160 personas, un conjunto que abarca más de 800 llamadas, correos electrónicos.

La atención personalizada es realizada por una trabajadora social, un /una monitor de información o un/una psicólogo/a abarcando un gran número de horas dedicadas.

El número de personas que contactan con nosotros/as ha ido en aumentando a lo largo de los años, no sabemos si por aumento de casos o por la crisis.

Proyecto anual "Servicio de información, orientación y asesoramiento de los trastornos de la alimentación" subvencionado con la cuantía de 700 euros por el Área de Accesibilidad Universal, Ayuntamiento de Málaga

6.3 Módulo alimentación sana.

La sesión del módulo de alimentación sana, están formadas por un/una técnico/a en nutrición, un voluntario en prácticas y el/la usuario/a.

En ellas, la profesional evalúa la situación del usuario/a, comprobando el peso, altura, medición corporal, tensión y pliegues, para con ello lograr el IMC y otros parámetros; a continuación, le explica todo lo concerniente a una alimentación sana o adecuada. Posteriormente, le indica las pautas a seguir según su necesidad, tratando la ruptura o eliminación de mitos alimentarios, calóricos, consejo nutricional y realiza revisión periódica y seguimiento de la alimentación y de la evolución del o de la usuario/a utilizando registros semanales.

Tras la sesión con el usuario/a, se interviene con el familiar, pareja o con quien conviva, facilitándoles las pautas nutricionales a seguir y guiarle en el proceso.

Los objetivos son los siguientes:

Proporcionar al/la usuario/a y a los familiares la información necesaria para la detección de los TCA, intentando resolver todas las dudas que se presenten sobre el TCA en el ámbito nutricional.

- ✚ Evaluar el estado nutricional y físico del usuario.
- ✚ Mejorar el estado físico de la persona afectada.
- ✚ Trabajar la desnutrición.
- ✚ Capacitar y dotar habilidades que permitan al/la usuario/a potenciar factores de protección y prevención de estas enfermedades.
- ✚ Promover que el sujeto tome las riendas de la situación dándole pautas de alimentación saludable.
- ✚ Implicar a los familiares y al entorno del/la usuario/a en el tratamiento y seguimiento.
- ✚ Realizar un seguimiento de cada usuario/a.

Proyecto anual "Módulo de alimentación sana" subvencionado con la cuantía de 800 euros por Área de Igualdad de Oportunidades, Ayuntamiento de Málaga.

6.4 Grupos de autoayuda para usuarios/as y familiares.

Los grupos de autoayuda están formados por personas que comparten unas circunstancias vitales y/o unos problemas comunes, que se agrupan para ofrecerse apoyo mutuo e intercambiar recursos.

No reemplazan a la terapia formal, pero son un complemento al tratamiento, así como la puerta hacia él: un acercamiento alternativo o complementario a los servicios sociales y de salud existentes y, en numerosos casos, en ausencia de soluciones y apoyo de profesionales e instituciones, han sido estos grupos los que han dado respuesta a esas necesidades.

- La acogida de los usuarios/as: se identifica mediante observación y entrevista, el estado y la patología en la que se encuentra y determina al paciente con el objetivo de lograr la concienciación de la enfermedad y la respuesta positiva para el grupo.
- La acogida de los familiares: consiste en obtener los indicios y la información necesaria que necesita el terapeuta para lograr la identificación de la patología.



- Se proporciona: Protocolo escrito, certificado de confidencialidad, pautas para el familiar y tríptico explicativo. Los objetivos son distintos en cada grupo, con los/as usuarios/as se trabaja esperando la motivación, socialización, informarles de la enfermedad y su forma de tratarla y sobre todo que reconozcan el problema y lo resuelvan, mejorándoles la calidad de vida. En el trabajo con los familiares se espera motivarles, darles confianza informándoles de los TCA y guiarles con unas pautas para hacerles más llevadera esta etapa, así como facilitársela a la persona enferma.

Proyecto anual “Grupos de autoayuda a personas con trastorno de la conducta alimentaria y sus familiares”, subvencionado con la cuantía de 800 euros por Área de Igualdad de Oportunidades, Ayuntamiento de Málaga.

Jornada de sensibilización y prevención de TCA

La V Jornada de Sensibilización y Prevención de los Trastornos de la Conducta Alimentaria (TCA de aquí en adelante) tuvo lugar en “La Térmica” el día 19 de octubre de 2015. Comenzó a las 09:30 donde se hizo entrega de la documentación a los/as participantes.

Consistía en carpeta con trípticos de información y asesoramiento, alimentación sana, grupos de autoayuda e información sobre los TCA y su tratamiento, así como díptico de la programación de la jornada.

La asistencia fue de 87 personas divididas entre la mañana y la tarde, contando con diversos perfiles interesados en la jornada: personal sanitario, estudiantes de psicología, psicólogos/as y público en general.

En la jornada participaron diez voluntarios/as, entre ellos seis psicólogos/as, un técnico en nutrición y tres voluntarias para atención al público.

10:00 horas:

La jornada es inaugurada por Rosa Sanz Sandoval en calidad de presidenta, abrió la jornada con una breve presentación sobre Adaner Málaga, TCA y las actividades que realiza, utilizando un power point con imágenes de las mismas para reforzar la comprensión de los/as participantes.

10:15 horas: Ponencia: “¿La comida más que comida?”.

Manuel Cruces, psicólogo especialista en TCA, realizó un recorrido en la historia de los modelos a seguir y de la necesidad de identificarnos con un grupo y así promover la importancia de la comida más allá de la nutrición y los juicios de valores que existen en la actualidad. Para ello, se apoyó en un power point con imágenes impactantes.

11.35 horas: Ponencia: “Potenciar las fortalezas personales”.

Jorge Reina, psicólogo especialista en TCA, dinamizó y orientó una actividad participativa de autoconocimiento donde trabajar para reforzar las virtudes y usarlas efectivamente para conseguir las metas que nos proponemos en la vida.

12.35 horas: Ponencia “Nutrirse de forma “saludable”.

Desirée Chaves, psicóloga y técnico en nutrición especialista en TCA, trató nutrición y hábitos de vida saludables, proporcionando así información sobre la buena nutrición y buenas prácticas en este campo.

16.00 horas: Ponencia “Afectación de los TCA en el núcleo familiar”.

Sara Herrera, psicóloga especialista en TCA, encauzó la influencia de los TCA en el entorno familiar para comprender el impacto que tiene su presencia y cómo afecta en uno de nuestros grupos de socialización dentro de la misma.

17.00 horas: Ponencia “Influencia de los cánones de belleza en los TCA”.

Priscila Alarcón, psicóloga especialista en TCA, expuso la utilización del photoshop y los engaños a los que se nos somete día tras día mediante la publicidad entre otros, para conocer y fomentar un juicio crítico sobre las modas y los cánones impuestos actualmente...

18.20 horas: Ponencia “Factores pre disponentes de los TCA”.

Lupe García, psicóloga especialista en TCA, trató los múltiples factores que pueden influir a desarrollar un TCA, entre ellos individuales, biológicos, familiares, psicológicos y sociales, para poder prevenir y detectar un posible caso.

19.20 horas: Ponencia “Ingreso hospitalario”.

Rocío Gutiérrez, psicóloga especialista en TCA, dió a conocer el protocolo de actuación de TCA donde un ingreso hospitalario de una persona con TCA se basa en un primer momento en el índice de masa corporal (IMC) por debajo de 15, siendo un 20 un IMC sano. Nos cuenta cómo deben ser las habitaciones, la alimentación, los comedores... Todo lo que conlleva un ingreso hospitalario y la continuidad en un hospital de día.

Tras cada actividad hubo tiempo de ruegos y preguntas para aclarar posibles dudas de los/as asistentes, así como un pequeño descanso en la mañana y en la tarde.

Pese a que las condiciones meteorológicas ese lunes no fueron las mejores, la asistencia no fué escasa, aunque nos hubiera gustado contar con personas de las diferentes áreas del ayuntamiento.

En general, los/as asistentes expresaron su satisfacción por la información recibida y su acercamiento a este colectivo.

Proyecto “Jornada de sensibilización y prevención de los trastornos de la conducta alimentaria”, subvencionado con la cuantía de 398 euros por el Distrito número 7, Carretera de Cádiz, Ayuntamiento de Málaga



7. TALLERES:

Además de todas las actividades anteriormente señaladas, ponemos a disposición de los/as usuarios/as y familiares diferentes talleres a lo largo del año. A continuación se describen los que se han llevado a cabo en 2015.

7.1 Orientación laboral y vocacional.

El proyecto ha tenido como objetivo ser un elemento de mejora de empleabilidad de los/as jóvenes de 14 a 35 años, un elemento motivacional que acompañe su búsqueda vocacional y la consecución y materialización en un puesto de trabajo, mejorando en el proceso la inseparable tríada de salud física, psicológica y la orientación.

Durante su puesta en marcha se han impartido contenidos relevantes para el itinerario pre laboral y laboral, así como ejercicios de autoconocimiento y crecimiento personal. Se fomentará el trabajo en grupo y la participación, siendo los/as participantes los/as verdaderos/as creadores/as y el profesional al cargo el que les ofrece las herramientas y guía para el cambio, adquiriendo en el proceso aprendizajes teóricos y prácticos.

El trabajo se ha dividido en 7 módulos principales:

- 1: “Perfil personal y profesional. ¿Quién soy?”
- 2: “Mercado laboral. ¿Dónde estoy?”
- 3: “Búsqueda de empleo. ¿Qué quiero?”.
- 4: “Currículum Vitae. ¿Cómo me presento?”.
- 5: “Entrevista de trabajo. ¿Cómo soy?”.
- 6: “Motivación y autoestima”.
- 7: “Análisis DAFO”.

Objetivos generales:

- ✓ Mejorar el autoconocimiento.
- ✓ Aumentar autoestima.
- ✓ Conocer el mercado laboral y sus posibilidades.
- ✓ Aprender a realizar un CV y llevar a cabo una entrevista de trabajo.

Objetivos específicos:

- ✓ Conocer las propias dificultades y potencialidades.
- ✓ Tener una visión realista de sí mismo/a y el ambiente.
- ✓ Saber los propios intereses vocacionales.
- ✓ Mejorar la evaluación de sí mismos/as.
- ✓ Aprender a preciar los logros obtenidos.
- ✓ Aprender a no compararse con los/as demás.
- ✓ Fomentar el uso de nuevas tecnologías para la búsqueda de empleo.
- ✓ Reconocer los recursos laborales disponibles tanto públicos como privados.



- ✓ *Estar actualizados/as en cuanto a ayudas, becas y ofertas de trabajo.*
- ✓ *Conocer aspectos formales y de desarrollo de un CV.*
- ✓ *Poner en práctica habilidades de contacto personal.*
- ✓ *Lograr la relajación en situaciones estresantes como hablar en público.*

El taller Formativo, se ha impartido en Junio y octubre.

- ✓ *Junio: los días 10, 17 y 24 de 17 a 20h.*
- ✓ *Octubre: los días 14, 21 y 28 de 10 a 13h.*

El total de asistencia ha sido de 31 personas. Los grupos han sido reducidos lo que ha facilitado el aprendizaje.

Proyecto anual "Taller orientación laboral y vocacional", subvencionado con la cuantía de 663 euros por Área de Juventud, Ayuntamiento de Málaga.

7.2. Taller de risoterapia: 27/03/2015.

Impartido por Loli

7.3. Taller de Relajación: 03 de Abril 2015.

Impartido por M^a Carmen Rodríguez

7.4. Taller de Automasajes: 17/03/15

Impartido por M^a Carmen Rodríguez García

Con un total de 37 asistentes.



Objetivos concretos:

- *Explicar en qué consisten las Técnicas de Desactivación.*
- *Conocer su importancia para ayudarnos a reducir el nivel de ansiedad y sus beneficios.*
- *Aprender a poner en práctica estas técnicas con el entrenamiento adecuado, de tal forma que los pacientes las puedan utilizar de manera autónoma siempre que lo necesiten.*
- *Fomentar la participación de los/as asistentes.*
- *Crear un clima de tranquilidad.*
- *Propiciar la risa para pasar un rato agradable.*

7.5. Taller de reciclaje 29/05/2015.

Impartido por Paloma Rellán.

Se realizaron complementos como anillos y collares con cápsulas recicladas de café.

Los objetivos eran sencillos: dar un nuevo uso a los materiales, fomentar la participación, pasar un rato agradable y fortalecer el autoestima de los/as asistentes.

Fueron un total de 18 asistentes.

7.6. Taller de decoupage 26/06/2015.

Impartido por Paloma Rellán.

Se realizaron cajas con la técnica de decoupage.

Los objetivos eran sencillos: cambiar el estilo de una simple caja de cartón con papel de arroz, fomentar la participación, pasar un rato agradable y fortalecer el autoestima de los/as asistentes.

Fueron un total de 17 asistentes.

OBJETIVO

Con estos talleres se intenta conseguir, por un lado cumplir con los objetivos establecidos, que personas afectadas de T.C.A. y familiares se puedan relacionar con otras personas con su mismo problema fuera del entorno de la enfermedad, sintiéndose identificados/as, y por otro, que sean capaces de hacer alguna actividad de forma adecuada y autónoma, que por un tiempo limitado les haga evadirse de la problemática y puedan sentirse útiles en la actividad a realizar.

Durante este año no se ha registrado ningún inconveniente siguiendo los objetivos, la metodología y actividades propuestas en la elaboración de los mismos.

En general les reporta un gran beneficio a nivel personal y social, ya que con ello refuerzan su autoestima que en este colectivo se ve muy afectada, teniendo un gran impacto en todos los aspectos de sus vidas. Lo mismo ocurre con familiares que acuden, es un lugar para compartir experiencias del día a día, donde se pueden evadir, siendo además de un entretenimiento, un respiro familiar. El gasto de estos talleres esta cubierto con las cuotas de sus socios/as.

8. FORMACIÓN DE VOLUNTARI@S.

Protocolo de voluntarios/as. Una vez que adquirimos el compromiso de colaboración como voluntario/a en ADANER Málaga, nos encargamos de su formación para su posterior incorporación a las distintas actividades a las que se dedica la asociación: L@s voluntari@s están asegurados en la compañía 'SEGURONCE' con el exp: N° 383.

8.1. Formación y Practicas en:

- Atención telefónica
- Atención personalizada
- Cómo detectar un TCA
- Recogida de información y recopilación de datos
- Información y asesoramiento
- Apoyo psicológico
- Apoyo nutricional
- Monitor de Grupo de autoayuda
- Talleres adecuados para TCA
- Charlas de prevención para colegios e institutos



Esta formación es realizada por profesionales sanitarios/as, especializados/as en TCA y se realiza cada cuatro meses para poder abarcar a las nuevas incorporaciones del equipo voluntario.

Las practicas son supervisadas por otro/a voluntario/a encargado/a para la formación, cada voluntario en formación tiene un profesional veterano junto a el o ella.

8.2. “Sonrisas de solidaridad”

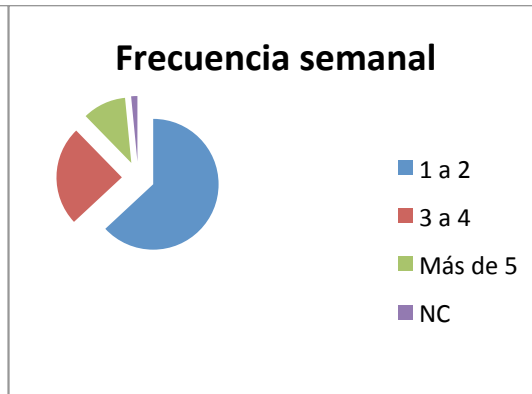
El proyecto consiste en un trabajo de prevención, sensibilización y concienciación de los Trastornos de la Conducta Alimentaria en varios de los Institutos de Málaga y provincia donde la población es la más vulnerable a estas enfermedades.

Los/as voluntarios/as especializados/as en psicología, nutrición y trabajo social, se han trasladado a varios centros educativos donde han realizado un total de 43 charlas a un número aproximado de 800 alumnos/as. Además, en cada charla se ha realizado una campaña anti bullying.

Se les ha proporcionado trípticos explicativos sobre nutrición y TCA y marca páginas recordatorio, guías explicativas y preventivas para profesorado y carteles para el centro. Proyecto llevado a cabo gracias a Dani Rovira, quien nos ha donado 5.000 euros de las galas benéficas ¿Quieres ayudar conmigo? que tuvieron lugar el pasado mes de diciembre de 2014.



Además, en cada alumno/a se le proporcionó un cuestionario anónimo sobre alimentación y satisfacción corporal a todos/as los/as alumnos/as para llevar a cabo un trabajo de investigación. Detallamos a continuación los resultados más relevantes obtenidos:



A grandes rasgos podemos decir, que la mayoría de adolescentes son felices y están satisfechos/as con su cuerpo. El número de comidas que realizan al día en la mayoría, está dentro del intervalo normal, a muy pocos se les obliga a comer, y aunque el 80% ha respondido que sí realiza actividad física, en la frecuencia podemos comprobar que es muy escasa.

Por nuestra parte y sin ayuda de organismos públicos o ayudas privadas, hemos realizado las siguientes actividades:

☆ Módulo de Apoyo Psicológico Individual.

En este modulo, se aboga por un modelo integrador, donde se trabaja desde diferentes puntos teóricos y usando diferentes modelos.

Dado que la población de pacientes es en relación al TCA, estos presentan un amplio abanico de alteraciones cognitivas, conductuales o del estado de ánimo, por ello se hace necesario un abordaje terapéutico multidimensional.

Los modelos psicosociales se han apartado de los modelos tradicionales meramente sanitarios, que giran en torno a la enfermedad que se centran en el deterioro, la discapacidad o los déficits derivados de la misma, y que tienen como objetivo principal compensar el déficit o la rehabilitación de las funciones alteradas. Por el contrario los modelos psicosociales están orientados principalmente a las emociones. (Tàrraga, 2001).

Según el APA, se han clasificados diferentes tipos de intervención psicosocial, las cuales se usan en esta unidad de apoyo.

Las sesiones de enfoque emocional; estimulan la memoria y el estado de ánimo del paciente en el contexto de su historia personal. Lo componen terapias como la inteligencia emocional, psicoterapia de soporte, terapia de validación, integración sensorial, terapia de presencia-estimulada.

Sesión de aproximación conductual; tratan de identificar las causas y consecuencias de conductas problemáticas para planificar cambios en el entorno que minimicen estas conductas y sus consecuencias.

Terapias de enfoque cognitivo; incluye la terapia de orientación a la realidad, distorsión corporal o la psicoestimulación cognitiva.

1. Sesiones de estimulación; incluyen actividades o terapias recreativas, y terapias artísticas.
2. Sesiones dirigidas a padres y cuidadores; psicoterapia de apoyo, grupos de soporte, etc.

Desde un enfoque cognitivo-conductual los objetivos que se persiguen son:

- ❖ 1. Estimular cognitivamente al usuario para mantener sus capacidades cognoscitivas y mediante prueba de realidad modificando sus cogniciones distorsionadas.
- ❖ 2. Mejorar, en la medida de lo posible, el rendimiento cognitivo y funcional del residente.
- ❖ 3. Evitar la desconexión del paciente con su entorno y fortalecer las relaciones sociales.
- ❖ 4. Proporcionar al paciente una sensación de seguridad e incrementar su autonomía personal en las actividades, básicas e instrumentales, de la vida diaria.
- ❖ 5. Estimular la propia identidad y autoestima: dignificar al usuario.
- ❖ 6. Modificar y reducir los cambios de comportamiento que experimentan los usuarios con TCA.
- ❖ 7. Modificar el entorno físico habitual del usuario para disminuir conductas inadecuadas y aumentar o mantener la autonomía funcional.
- ❖ 8. Minimizar el estrés y evitar reacciones psicológicas anómalas del cuidador principal.
- ❖ 9. Mejorar la calidad de vida del usuario y del/los cuidador/es.

ACTIVIDADES DESARROLLADAS.

Psicoeducación:

El objetivo básico es ofrecer diariamente puntos de referencia actualizados y adecuados a la situación de cada residente que les ayuden a orientarse respecto a su ubicación espacio-temporal y el entorno más amplio que les rodea.

Dicho entrenamiento abarca desde la conciencia de sí mismos hasta el conocimiento del entorno en sentido amplio, es decir, eventos sociales, culturales.

Los objetivos globales son facilitar que los usuarios que se ubiquen o centren en la realidad. Junto al mantenimiento y desarrollo de las capacidades cognitivas básicas como es la atención concentrada, razonamiento, manejo de conceptos básicos.

Otro de nuestros objetivos es el mantenimiento de las habilidades de comunicación, y habilidades sociales, se trabaja la autoestima, la asertividad, y la ansiedad derivada del trastorno, usando diferentes técnicas en los programas con los que se trabajan en la unidad de apoyo, con diferentes técnicas.

- ✚ Capacidad de auto-discriminación.
- ✚ Recuperación de la salud.
- ✚ Normalización de la comida.
- ✚ Afrontar los atracones
- ✚ Reducir las conductas purgativas
- ✚ Reducir la impulsividad.
- ✚ Reestructuración e integración de la mente dividida.
- ✚ Reestructuración y equilibrio de las cogniciones.
- ✚ Imagen corporal
- ✚ Manejo de emociones.
- ✚ Desenvolvimiento de los valores humanos.
- ✚ Mejorar las relaciones interpersonales
- ✚ Técnicas de comunicación.



Establecen cuáles deben ser las actitudes y cómo deben interactuar los padres o cuidadores con el usuario. Estas técnicas se basan en los principios de la simplificación de los mensajes orales y de la combinación de informaciones verbales con la comunicación no verbal, la regulación de las distancias y las posiciones entre el cuidador y el paciente con demencia u otras patologías.

- ✚ Técnicas de validación.

Es una aproximación terapéutica de base humanista, que se basa en una actitud de respeto y empatía con el usuario, con la pretensión de respetar la realidad del usuario al aceptar sus creencias y vivencias.

- ✚ La validación puede definirse como la aceptación de la realidad y la verdad personal de la experiencia ajena.
- ✚ Los beneficios que se obtienen de la intervención con la terapia de validación son:
 - ✚ La restauración de la autoestima.
 - ✚ La reducción del grado en que los usuarios se aíslan del mundo exterior.
 - ✚ La promoción de la comunicación y la interacción con otras personas.
 - ✚ La reducción del estrés y la ansiedad.
 - ✚ La estimulación del potencial latente.
 - ✚ La ayuda para resolver conflictos.
 - ✚ La facilitación de la vida independiente durante el mayor tiempo posible.
- ✚ Técnicas de modificación de conducta.

Esta técnica se fundamenta en el paradigma de la psicología del aprendizaje que considera que una conducta y/o problema puede ser modificable a través de técnicas específicas (control de estímulos, refuerzo, extinción, modificación del entorno o distracción) que pretenden sustituir una conducta por otra más adaptativa.

El papel de la familia: Es esencial tanto para la detección como para el tratamiento del trastorno. Los padres habrán de implicarse en varias tareas. La intervención con las familias propone los siguientes objetivos:

- ✓ Aprobación de la terapia por los padres.
- ✓ Compromiso activo de la familia.
- ✓ Estimular relaciones paciente-familia.
- ✓ Superar el miedo a la maduración de la paciente.
- ✓ Reforzar su maduración, autonomía y responsabilidad.
- ✓ Estimular la cooperación entre los miembros de la familia.

Las sesiones del módulo psicológico están formadas por un@ psicólog@ y un@ voluntari@ en prácticas así como el/la usuari@, con una duración de sesenta minutos semanalmente.

Visitas a pacientes ingresados/as en Centros hospitalarios.

En los casos en que los afectados/as estén ingresados, los familiares nos solicitan información y asesoramiento, o realizamos visitas y seguimiento de la persona ingresada.

Este año han sido 7 los ingresos que han tenido lugar en el Hospital Clínico, Materno infantil y Civil, 3 casos han tenido que viajar a un hospital privado de Barcelona por no conseguir atención en Málaga.

Hay muchos más casos de ingresos en Málaga siendo informada la asociación por los/las usuarios/os o familiares. Así como las muertes derivadas de los TCA, sólo nos llegan si el familiar nos lo comunica.

No hemos obtenido ante nuestra petición sobre ello, ningún convenio o protocolo con la administración de salud sobre ingresos o muertes por TCA..



Trabajo en RED:

Stand informativo en la XII semana del voluntariado.

Celebrada del 24 al 26 de abril de 2015. Atendimos a 50 personas para ofrecerles información y asesoramiento tanto de la asociación y su labor, como de los TCA. Fueron algunas de estas personas las que solicitaron información sobre cómo colaborar con Adaner Málaga. No abarcamos a toda la población que nos hubiese gustado, ya que comenzó un viernes y la mayoría de los viandantes eran extranjeros y el domingo 26, llovió. Además, se solicitó permiso para la venta de productos artesanales como son los broches y pelotas anti stress hechas a mano por varias usuarias con fin de recaudar una pequeña suma para la asociación.

Medios de comunicación.

Distintos Medios de Comunicación (televisión, prensa y radio) han solicitado entrevistas a Adaner Málaga para divulgación, concienciación y difusión, como por ejemplo, conocer las distintas actividades llevadas a cabo en la asociación, darles información sobre los TCA o algún tema de actualidad relacionado con ellos.



Este año hemos colaborado con Diario La razón, Radio Cadena Ser, Canal Sur, Radio Chanquete y Onda Azul el día 6 de julio donde Rosa Sanz acudió acompañada de Alberto Espina para hablar de la obra de teatro "Alicia y la luna" Además, Rosa Sanz como presidenta de Adaner Málaga, acudió a la radio Onda azul para responder a unas preguntas sobre TCA así como para dar difusión a diferentes actividades de la asociación.

El 30 de septiembre Rosa hablo con distintas emisoras de radio solicitando información sobre el proyecto "Quererse está de moda".

Colaboración con la plataforma Imagen y salud de difusión de información y datos sobre los TCA.

9. FUENTES DE FINANCIACIÓN.

→Cabe destacar un año más el gran apoyo recibido por parte del Ayuntamiento de Málaga, en concreto, al Área de Accesibilidad, Área de la Mujer, Área de Juventud y Distrito nº7, cuyas subvenciones están especificadas al final de cada proyecto.

→**9.1. La mayor** parte de nuestros ingresos proviene de la cuota de socios/as.

→ **9.2 El grupo Extremoduro** nos ha donado un trozo del telón de sus conciertos

Hicimos un sorteo con números con el que hemos recaudado 150 euros.

El sorteo se realizó con el número de la once del día 24/09/2015: 089.



9.3. "Quererse está de moda"

FASHION 4ME, es un proyecto nuevo que surgió por el interés de Havas Media por la moda responsable y quererse a uno/a mismo/a independientemente de la talla, con el fin de mejorar la calidad de vida de afectados/as por TCA y familiares. Como madrina del proyecto, Cristina Pedroche.



Las diferentes actividades tuvieron lugar en el centro comercial Plaza Mayor en Málaga, a beneficio de Adaner Málaga, y en diferentes centros a nivel nacional para otras asociaciones dedicadas a este colectivo.

Tuvo comienzo el 24 de septiembre de 2015 a las 12h con una rueda de prensa en la que participaron Rafael Perea, gerente de Plaza Mayor; Rosa Sanz, presidenta de Adaner Málaga; Sara Herrera, psicóloga experta en TCA voluntaria de Adaner Málaga y Ruth Sarabia, Directora de Servicios Sociales Málaga, además de diferentes medios de comunicación. En ella, se dió difusión al proyecto y a su fin, se trató en general los trastornos de la conducta alimentaria para darles más difusión y visibilidad, así como dar a conocer nuestra asociación para cualquier persona interesada.

Por la tarde, hubo música y una merienda para llamar la atención de las personas que acudían al centro comercial y así dar a conocer la actividad y abrir la venta de espejos.

Como recursos humanos, tuvimos el placer de contar con azafatos/as que trabajaron durante todo el día de jueves 24, viernes 25 y sábado 26 para incentivar la colaboración con la asociación mediante espejitos, dar difusión en las redes sociales de la actividad así como dar a conocer la asociación mediante trípticos informativos. Personas voluntarias de la asociación, les apoyaron en todo momento para sumar más personas al proyecto.

El total de beneficio: 759 euros. Además, se han repartido 500 trípticos aproximadamente.

→ **9.4. La fundación Joaquín Caparrós** elige cada jornada a una asociación a la que ayudar: por cada gol, 30 euros. En la jornada de la Liga BBVA en la que Adaner Málaga fue elegida, se sumaron 22 goles y nos han hecho entrega de 660 euros y un monolito de la fundación.

→ **9.5 El III Mercadillo Solidario.** Entre todos/as los/as voluntarios/as, se ha puesto un poquito de ayuda desinteresada para montarlo y ayudar a la venta de artículos para recaudar fondos. Tuvo comienzo el miércoles día 16 de diciembre y continuó hasta el lunes 21. Hemos recaudado 222 euros y el material sobrante como libros, ropa usada, etc, lo hemos donado a la asociación Remar entre otras.

→ **9.6. Dani Rovira,** Nuestro agradecimiento por todo el apoyo incondicional, la difusión que ha proporcionado a Adaner Málaga y la donación de una de sus galas benéficas un año más del proyecto "¿Quieres ayudar conmigo?", cuya cuantía es de 5.000 euros y se invertirá el próximo año en un proyecto de alimentación sana para atender aproximadamente a 30 personas.

COLABORACION.

Adaner Málaga colabora en el proyecto de la obra de teatro "Alicia y la luna", escrita y dirigida por Alberto Espina Eizaguirre, médico psiquiatra, y para el que un gran elenco de voluntari@s lleva actuando todo el año. La obra, basada en la enfermedad de los trastornos de la alimentación es única en España y tiene como fin sensibilizar y concienciar a los espectadores.

Alberto junto con la colaboración de Adaner Málaga, solicitó una ayuda a la producción. Se estrenó el pasado 9 de febrero en la Caja Blanca y se ha hecho una representación el 9 de julio de 2015.

Adaner Málaga ha colaborado con asociaciones para denunciar y retirar páginas pro ana y mía de Internet y con investigadores españoles e internacionales en el estudio de los trastornos de la conducta alimentaria.

Hemos estado presente en reuniones con la Administración Sanitaria en un debate-coloquio sobre el Plan de Salud Infantil, con la candidata a la alcaldía de Málaga del PSOE María Gámez, con la responsable del proyecto Málaga Sana del Ayuntamiento de Málaga, así como con Begoña Medina, concejala del distrito nº7 y Área de Medio Ambiente.

Por otra parte y con un conjunto de asociaciones que solicitan otros asuntos, hemos realizado un escrito dirigido a los partidos políticos que concurrieron a las elecciones del pasado año, para que los proyectos como Málaga sana subvencionado por la Administración pública, cuenten con la colaboración de Adaner Málaga, no de manera voluntaria, sino formando parte del proyecto, ya que la financiación se les otorga a ellos pero necesitan de nuestra ayuda para ponerlo en marcha.



Colaboramos con el portal andaluz Imagen y salud como herramienta de prevención de los trastornos de la conducta alimentaria donde se publican datos, noticias, talleres, actividades...todo relacionado con los TCA. Además, a este portal estamos adheridas diferentes asociaciones así como expertos y profesionales, cuyo fin es el mismo: visibilizar los TCA y sensibilizar a la población mediante difusión en redes sociales y en el propio portal.

Hemos trabajado en red con la Plataforma del Voluntariado de Málaga en los siguientes proyectos:

*Gestión de Voluntariado.

*Celebración del Día Internacional del Voluntariado.

*Servicio de Información de subvenciones y actividades.

Satisfacción de los/las usuarios/as

CUESTIONARIO.

Para mejorar el funcionamiento de la asociación, le pedimos a los/as usuarios/as y familiares que rellenen un cuestionario anónimo de satisfacción sobre la asociación, y éste fue el resultado a las siguientes preguntas:

¿Cómo encontró Adaner Málaga?

El 52% de las personas encuestadas, conoció la asociación a través de internet.

Mediante amigos/as un 3% y un 45% marca la opción Otros (UMA, médico, pareja, voluntario/a, psiquiatra, cercanía).

¿Cuánto tiempo pasó hasta conseguir una cita?

99% pocos días e incluso en el mismo día o semana se les atendió.

¿Está satisfecho/a con la información recibida?

El 98% de los/as encuestados/as respondieron positivamente a esta cuestión, ampliando además la respuesta: información completa, detallada y clara. Se sienten comprendidos/as y ayudados/as en la primera toma de contacto. Comentan que las personas que les atienden son muy profesionales, atentas, respetuosas y competentes.

¿Está satisfecho/a con el módulo de apoyo?

95% de los/as asistentes está satisfecho/a y lo que más destacan es el trato, la profesionalidad, que se les guía, orienta, se les atiende con especial cuidado y una persona comenta que a este módulo le debe ser feliz y tener ánimos.

¿Está satisfecho/a con el módulo sano?

Un 98% de los/as asistentes está satisfecho/a, dándole énfasis a la ayuda, claridad, apoyo y a la atención individual y orientada a cada usuario/a.

¿Asiste a grupos de autoayuda?

El 70% no asiste por falta de tiempo, horario, por estudiar fuera...

El 21% comenta que sí asiste porque se sienten identificados/as, comprendidos, le sirve de ayuda, aunque hay tres personas que asistían al principio. El 7% no asiste por sentirse incómodo/a.

Un 2% no contesta.

¿Es correcto el trato que recibe en la asociación?

100% de personas respondieron que están satisfechas, resaltando el trato personalizado en las citas, humano y cariñoso, así como profesional.

¿Qué es lo que más le gusta?

98% La ayuda, paciencia, atención, trato, se sienten "únicas", calidad humana, cariño, anonimato, cercanía.

¿Qué es lo que más le disgusta?

80% dice que nada.

10. Dirección y contacto.

Calle Chico del Matadero número 4, local 5 y 6, CP: 29004, Málaga.

Teléfono de contacto: 952235062 - Movil: 696665220 - Presidenta: 659953776

Email: adanermalaga@hotmail.com - Web: www.adanermalaga.com - Facebook: asociación adaner malaga

