

## **MEMORIA AFECTAMUR DESDE ENERO A DICIEMBRE DE 2019**

### **1. Introducción**

En esta memoria se muestra la actividad de la asociación desde el 1 de Enero al 31 de Diciembre del 2019. Se recoge el número de pacientes nuevos y en revisión atendidos en la consulta de psiquiatría y nutrición (ambas consultas se pasan una vez a la semana) en las consultas de Psicología (Terapia individual, familiar, de pareja, grupos de psicoeducación y terapia grupal familiar), llamadas recibidas, tareas docentes y otras actividades realizadas por miembros de la asociación.

### **2. Llamadas**

Una de las funciones de la asociación es responder a las llamadas para orientar y dar información a aquellas personas que lo soliciten.

### **3. Consulta de Psiquiatría.**

La consulta de Psiquiatría se realiza una tarde a la semana, con un total en este período de **40** días de consulta. Lo que se realiza es una primera valoración psiquiátrica en la que se establece el diagnóstico, una vez que al paciente se le diagnostica se le realiza un seguimiento psiquiátrico. Esta consulta es llevada a cabo por dos Psiquiatras.

Durante este año **2019** han pedido ser atendidos por primera vez en Afectamur **45** pacientes, de los que **4** no acuden a consulta y si **41**, frente a los **47** de 1918, a los **55** de 2017, a los **45** de 2016, a los **29** del año 2015, a los **45** del año 2014, a los **68** pacientes del año 2013, de los **40** del 2012, **59** del 2011 y **23** del año 2010.

Durante este período se citaron **265** revisiones, de las que **45** no acudieron a la revisión, en unos casos no anularon la cita y en otros avisaron de que no podían acudir, por lo que las revisiones reales fueron **220**.

#### 4. Consulta de Nutrición

Durante el año **2019** se ha visto en la consulta de nutrición a **71** pacientes, de ellos **68** son mujeres (95,77 %) y **3** son hombres (4.20%).

En cuanto a la **edad**, entre los 12-15 años corresponde el 23.94% (17 pacientes), entre 16-18 años, el 29.57 % (21 pacientes), entre 19-25 años el 18.3% (13 pacientes), entre 26-40 años el 18.3 % (13 pacientes), entre 41-55 años el 9.8 % (7 pacientes).

En relación al **Diagnóstico**, de estos 71 pacientes, 37 presentaban Anorexia Nerviosa (52.11 %), 14 pacientes (19,71 %) Bulimia Nerviosa, 9 pacientes (12.67%) Trastorno de la Conducta Alimentaria no especificado y 11 pacientes (15.49 %) Trastorno por atracón.

De acuerdo con **su ocupación**, de los 71 pacientes vistos, 52 son estudiantes (73.23%), 11 pacientes trabajan (15.49 %), 7 personas ni estudian, ni trabajan fuera de casa (9.8 %) y 1 paciente (1.40%) que trabaja y estudia.

Hay 31 pacientes que han acudido a consulta entre una y dos veces al año (43.66%), los que han acudido a consulta de 3 a 5 veces al año han sido 19 pacientes (26.7%), entre 6 y 8 consultas al año han sido 19 pacientes (26.7%), entre 9 y 10 consultas 5 pacientes (6.49%) y en más ocasiones 2 pacientes (2.81%).

En este año **han sido vistas por primera vez** 42 pacientes (59.1 %) y 29 pacientes (40.84 %) que ya había comenzado el tratamiento nutricional en años anteriores.

De ellos, 46 pacientes **han faltado a una consulta** (64.78%). No han faltado nunca a consulta 25 pacientes (35,21%).

El 21.12 % (15 pacientes) **abandonaron el tratamiento nutricional**, frente a 56 pacientes (78.87 %) que continúan en tratamiento nutricional.

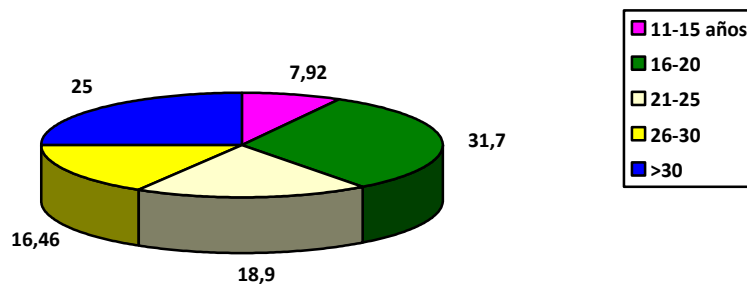
Durante el año 2019 han sido dadas de alta en Nutrición a 2 pacientes (2.81%), siguiendo en tratamiento nutricional 69 pacientes (97.19%).

#### 5. Consulta de Psicología

##### 5.1. Psicoterapia Individual

En el período comprendido entre el 1 de enero y 31 de diciembre de 2019 han recibido tratamiento psicológico en la asociación **164** pacientes, de los que **157** son mujeres y **7** son varones.

En cuanto a la **edad** los/las pacientes atendidos se distribuyen en cinco rangos de edad: entre 11 -15 años el 7.92% (13 pac.); entre 16-20 años, el 31.70% (52 pac.); entre 21-25 años, el 18.90% (31 pac.); entre 26-30, el 16.46 % (27 pac.); y con más de 30 años , el 25,00% (41 pac.), concentrándose el mayor número de pacientes en el rango de 16-20 años y en el de más de 30 años (Gráfico1)



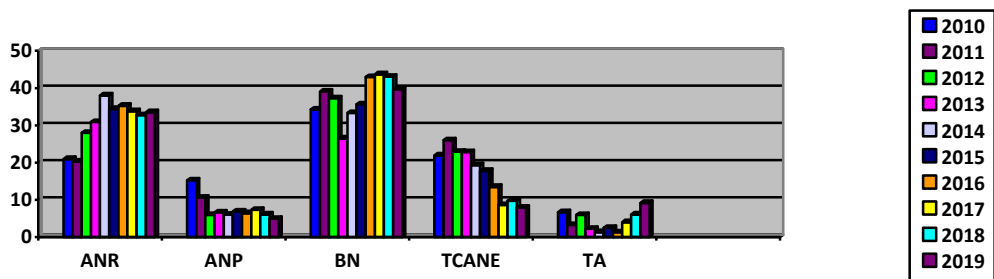
**Gráfico 1. Porcentaje de pacientes según la edad**

En relación a los **estudios** (los que estén cursando en el momento actual o los que tengan ya terminados) el 48,87 % (80 pac.) de los/las pacientes tienen estudios universitarios; 19,51 % (32 pac.) bachillerato; el 12,80 % (21 pac.) FP o Ciclos Formativos; el 17,68 % (29 pac.) ESO y el 1,21 % (2 pacientes) estudios primarios.

En cuanto al **diagnóstico**, el 33,53 % (55 pac.) tenían una **Anorexia Nerviosa Restrictiva**; el 4,87 % (8 pac.) **Anorexia Nerviosa Purgativa**; el 39,63 % (65 pac.) **Bulimia Nerviosa**; el 7,92 % (13 pac.) **Trastorno de la Conducta Alimentaria no especificado (TANE)** y el 9,14 % (15 pac.) **Trastorno por Atracón** y el 4,87 % (8 pac.) otros diagnósticos (aquí se incluyen pacientes que ya no presentan un TCA activo pero si otros problemas relacionados).

En el siguiente gráfico aparece recogido el porcentaje de pacientes en función del diagnóstico y en comparación con los años anteriores se observa más o menos el mismo número de pacientes en función de cada uno de los diagnósticos, excepto en el trastorno por atracón.

**Gráfico2. Porcentaje de pacientes en función del diagnóstico año 2010/2011/2012/2013/2014/2015/2016/2017/2018/2019**



En cuanto a la **frecuencia de las sesiones de psicoterapia individual**, **57** pacientes (34,75 %) son tratadas semanalmente; **52** pacientes (31,70 %) cada 15 días; **29** pacientes (17,68 %) mensualmente y **26** pacientes (15,85%) están en una fase de seguimiento próxima al alta. Analizando los resultados observamos que el mayor porcentaje de pacientes son tratados semanalmente ya que llevan poco tiempo de tratamiento y el segundo porcentaje más alto es el de quincenalmente, lo que significan que necesitan asistir a terapia con mayor frecuencia.

A lo largo de este período de tiempo (enero a diciembre de 2019) **23** pacientes abandonaron el tratamiento y se dieron **3 altas**. Es importante señalar que el número de abandonos ha aumentado con respecto al año anterior. Con respecto al por qué de este aumento, podemos señalar varios motivos, entre los que se encuentran falta de adherencia al tratamiento, altas voluntarias por parte de las pacientes, problemas económicos, cambio de residencia y evolución tórpida.

En cuanto a las sesiones de psicoterapia individual se realizaron un total de **2.298** sesiones.

## 5.2. Psicoterapia de Pareja y Familia.

Los Trastornos de la Conducta alimentaria desestabilizan no sólo a la persona que padece el trastorno, sino que también afecta a la familia (padre, madre, hermanos, pareja), por ello en Afectamur este tipo de abordaje es muy importante y se oferta a los asociados, así como un tratamiento individual orientado a padres, madres o parejas.

Durante el año 2019 se llevaron a cabo **22** sesiones de pareja (en 3 parejas), con una frecuencia mensual. En cuanto a la terapia de familia se llevaron a cabo **10** sesiones de terapia familiar con una frecuencia mensual, (en 3 familias).

Debido a que los trastornos de la conducta alimentaria pueden afectar a los miembros de la familia, se contrató a una Psicóloga que se encarga de este tipo de abordaje. Ha tratado a 5 madres y 2 padres con una frecuencia mensual (3) con un total de 21 sesiones.

### **5.3. Psicoeducación Familiar y Terapia de apoyo para padres en grupo.**

#### **5.3.1. Psicoeducación Familiar**

La **Psicoeducación** es un abordaje psicoterapéutico que consiste en combinar elementos educativos y terapéuticos. Tiene como finalidad transmitir un mejor conocimiento de la enfermedad, de los síntomas y sus consecuencias así como un mejor conocimiento de las estrategias para reducir los síntomas e informar sobre los diferentes abordajes terapéuticos.

Se llevaron a cabo **dos grupos de Psicoeducación Familiar**, en el que ha participado una media de 20 familiares por grupo, que han acudido de forma regular a las **7** sesiones. Un grupo tuvo lugar en los meses de febrero y marzo y el segundo entre los meses de octubre y noviembre de 2019

#### **5.3.2. Terapia de Apoyo para padres**

Si bien la familia no es la causa de la enfermedad, si que puede estar influyendo en el mantenimiento de la misma, por ello una vez que los miembros de las familias de los/as pacientes han realizado el grupo de psicoeducación familiar, se le oferta un grupo de apoyo familiar, en el que puedan sentirse apoyados en el proceso de curación de su familiar afectado, creándose un entorno en el que puedan expresar abiertamente lo que sienten, donde aprendan a interaccionar con otros padres, donde se dan pautas de comportamiento adecuado, tratando de desangustiar y desculpabilizar. Este es un grupo abierto, con una frecuencia quincenal durante dos horas.

En este período de tiempo, de Enero a Diciembre de 2019, se realizaron en Afectamur **20** sesiones grupales, con una participación media de **15** familiares por grupo.

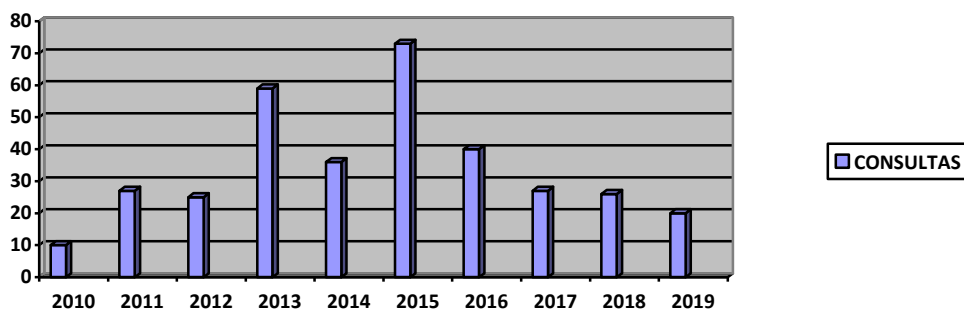
#### **5.4. Talleres Terapéuticos**

Con una frecuencia de uno al mes y con una duración de 3 horas, se realizaron 5 talleres terapéuticos: Taller de Autoestima (18 de enero); Taller de Habilidades Sociales (8 de febrero); Taller de Relajación y Mindfulness (15 de marzo); Taller de Mindfulness (10 mayo); Taller de cocina saludable (8 de noviembre); Taller de Imagen Corporal (13 de diciembre).

Debido a las peticiones de las pacientes, se montó un grupo de apoyo para personas con bulimia nerviosa y trastorno por atracón, consistente en 6 sesiones grupales, de las que la primera se llevó a cabo en el mes de diciembre.

## 5.5. Consultas on line

La asociación tiene un servicio de consulta on line cuyo objetivo es orientar e informar acerca de los trastornos de la conducta alimentaria. En el año 2010 se atendieron **10** consultas, en el año 2011 fueron **27** consultas, en el año 2012 fueron **25** consultas, y en el año 2013 fueron **59** consultas, en el 2014 fueron **36** consultas, y en el 2015 las consultas recibidas fueron de **73** y en el 2016 se recibieron **40** correos, en el 2017 se recibieron **27** correos y en el 2018, **26** correos y en el año 2019 20 correos.. En los correos recibidos el tipo de información solicitada suele estar relacionada con la petición de un diagnóstico y ayuda, y en algunos casos profesionales que mandan su currículum para trabajar en la asociación y solicitando realizar una investigación en afectamur.



## 6. Participación en los Medios de Comunicación y Redes Sociales

Para darse a conocer y poder luchar desde más ámbitos contra los Trastornos de la Conducta Alimentaria, Afectamur tiene una página Web y participa en las redes sociales (Facebook y Twiter).

## 7. Proyectos y actividades de divulgación

Dentro de las actividades de divulgación, en este período, a petición de Proyecto Hombre, M Carmen Cortijo Alcarria, psicóloga de Afectamur impartió una charla sobre “Trastornos de la conducta alimentaria y consumo de drogas”.

Se llevaron a cabo dentro de las actividades de Prevención las siguientes charlas en centros educativos por parte de Ana Beatriz García Padilla, psicóloga de Afectamur:

- Colegio Jesús María (Murcia), 1 charla



- IES Alquerias, 2 charlas
- IES Samaniego (Alcantarilla), 2 charlas
- Colegio Vistarreal (Molina de Segura), 1 charla
- IES Manuel Tárrega (S. Pedro de Pinatar), 2 charlas

Participación en la Feria del Voluntariado, organizada por la UCAM. Mes de febrero y en el mes de diciembre en otra feria de voluntariado.

#### **8. Otras actividades**

- Participación en las reuniones convocadas por FEALES y la Fundación de Salud Mental, así como en actividades por ellos convocadas, con asistencia de varios miembros de la Junta Directiva.