

## **MEMORIA AFECTAMUR DESDE ENERO A DICIEMBRE DE 2020**

### **1. Introducción**

En esta memoria se muestra la actividad de la asociación desde el 1 de Enero al 31 de Diciembre del 2020. 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.

Es importante señalar la peculiaridad de este año en cuanto a la asistencia a los asociados (personas afectadas y familias) con la pandemia del COVID-19, que ha dado lugar a que durante unos meses, debido al confinamiento domiciliario, la atención a los pacientes se haya realizado de forma telefónica, vía online, por whatsapp y otras plataformas. Afectamur ha estado cerrado de forma presencial desde el momento en que se declaró el estado de alarma y por tanto el confinamiento domiciliario, hasta el 1 de junio, que guardando todas las medidas de seguridad desarrolladas por el Servicio de Riesgos Laborales, se comenzó de nuevo la atención presencial, aunque algunos profesionales han seguido realizando su actividad de forma online, así como las actividades grupales para los familiares.

### **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. Durante el confinamiento se siguió atendiendo telefónicamente a toda aquella persona que así lo solicitaba, por parte del personal de acogida, gestionando incluso el tratamiento psicológico y el ingreso en la UTCA, durante el período del confinamiento.

### **3. Consulta de Psiquiatría.**

La consulta de Psiquiatría se realiza una tarde a la semana, atendida por tres psiquiatras. Este año, una de las psiquiatras estuvo de baja de maternidad por lo que sus consultas fueron realizadas por otro psiquiatra. Los días de consulta durante 2020 fueron **43**, ya que algunos días han coincidido dos psiquiatras pasando 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 tres Psiquiatras.

Durante el año **2020**, han pedido ser atendidos por primera vez en Afectamur **36** pacientes, de los que **3** no acuden a consulta y si **33**, frente a los 45 de 2019, a los **47** de 2018, 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.

Es importante señalar que el número de pacientes nuevos vistos en psiquiatría ha disminuido porque debido a la pandemia y al estado de alarma, desde el 14 de marzo, se suspendieron las consultas de psiquiatría y se reanudaron a mediados de junio. En septiembre se reanudaron las consultas, pero debido a problemas de la pandemia, y personales de las psiquiatras, han disminuido los días de consulta. Desde el mes de octubre, una de las psiquiatras realizó consultas on line y la otra acudió un solo día al mes.

Durante este período se citaron **192** revisiones, de las que **27** no acudieron, en unos casos no anularon la cita y en otros avisaron de que no podían acudir, por lo que las revisiones reales fueron **165**.

#### **4. Consulta de Nutrición**

Durante el año **2020** se ha visto en la consulta de nutrición a **82** pacientes, de ellos **76** son mujeres (92,88 %) y 6 son hombres (7.32%).

En cuanto a la **edad**, entre los **12-14** años corresponde el **12,19** % (10 pacientes), entre **15-17** años, el **34,14** % (28 pacientes), entre **18-22** años el **17,0**% (14 pacientes), entre **23-30** años el 25,60 % (21 pacientes), más de 30 años el 10,97 % (9 pacientes).

En relación al **Diagnóstico**, de estos 82 pacientes, 47 presentaban Anorexia Nerviosa (67,31 %), 21 pacientes (25,60 %) Bulimia Nerviosa, 6 pacientes (7,31 %) Trastorno de la Conducta Alimentaria no especificado y 8 pacientes (9,75 %) Trastorno por atracón.

De acuerdo con **su ocupación**, de los 82 pacientes vistos, 63 son estudiantes (76,82%), 13 pacientes trabajan (15,85 %), 5 personas ni estudian, ni trabajan fuera de casa (6,09 %) y 1 paciente (1,21 %) que trabaja y estudia.

Hay 22 pacientes que han acudido a consulta una vez al año (26,82%), entre dos y cuatro veces al año han sido 38 pacientes (46,34%), los que han acudido a consulta de entre 5 y 7 veces al año han sido 21 pacientes (25,60 %), y entre 8 y 10 consultas ha acudido 1 paciente (1,21%).

En este año **han sido vistas por primera vez** 47 pacientes (57,31 %) y 35 pacientes (42,68 %) que ya había comenzado el tratamiento nutricional en años anteriores.

El 14,63 % (12 pacientes) **abandonaron el tratamiento nutricional**, frente a 70 pacientes (85,36 %) que continúan en tratamiento nutricional.

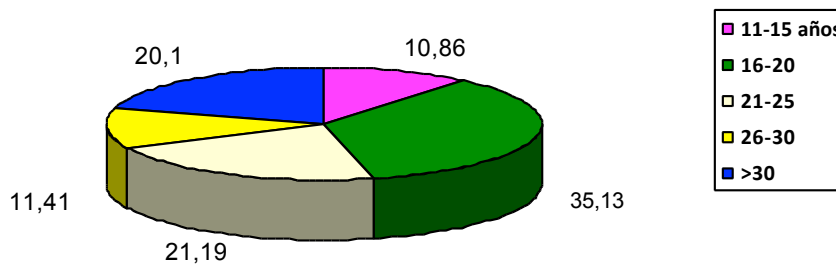
Durante el año 2020 han sido dadas de alta en Nutrición a 5 pacientes (6,09 %), siguiendo en tratamiento nutricional 77 pacientes (93,90 %).

## 5. Consulta de Psicología

### 5.1. Psicoterapia Individual

En el período comprendido entre el 1 de enero y 31 de diciembre de 2020 han recibido tratamiento psicológico en la asociación **184** pacientes, de los que **173** son mujeres y **11** son varones.

En cuanto a la **edad** los/las pacientes atendidos se distribuyen en cinco rangos de edad: entre 11 -15 años el 10,86 % (20 pac.); entre 16-20 años, el 34,78 % (64 pac.); entre 21-25 años, el 21,19 % (39 pac.); entre 26-30, el 11,41 % (21 pac.); y con más de 30 años , el 20,10 % (37 pac.), concentrándose el mayor número de pacientes en el rango de 16-20 años (Gráfico1).



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

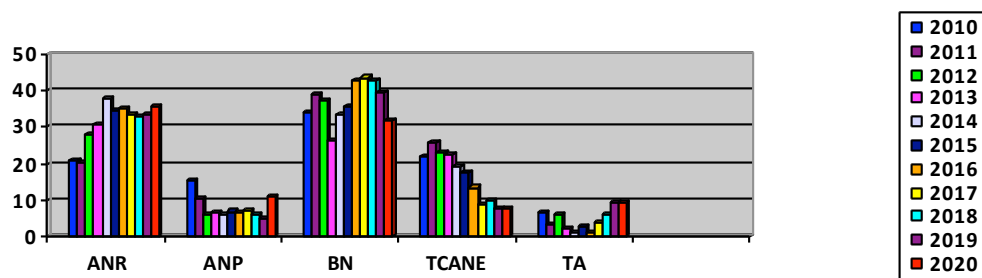
En relación a los **estudios** (los que estén cursando en el momento actual o los que tengan ya terminados) el 44,56 % (82 pac.) de los/las pacientes tienen estudios universitarios; 20,65 % (38 pac.) bachillerato; el 16,30 % (30 pac.) FP o Ciclos Formativos; el 15,21 % (28 pac.) ESO y el 1,63 % (3 pacientes) estudios primarios.

En cuanto al **diagnóstico**, el 35,86 % (66 pac.) tenían una **Anorexia Nerviosa Restrictiva**; el 10,86 % (20 pac.) **Anorexia Nerviosa Purgativa**; el 32,06 % (59 pac.) **Bulimia Nerviosa**; el 7,60 % (14 pac.) **Trastorno de la Conducta Alimentaria no especificado (TANE)**, el 9,23 % (17 pac.)

**Trastorno por Atracción** y el 3,26 % (6 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, en comparación con los años anteriores, se observa un ligero aumento en los casos de anorexia nerviosa restrictiva y purgativa, permaneciendo en porcentajes parecidos en otros diagnósticos.

**Gráfico2. Porcentaje de pacientes en función del diagnóstico año 2010/2011/2012/2013/2014/2015/2016/2017/2018/2019/2020**



En cuanto a la **frecuencia de las sesiones de psicoterapia individual**, **60** pacientes (32,43 %) son tratadas semanalmente; **53** pacientes (28,64 %) cada 15 días; **30** pacientes (16,21 %) mensualmente y **32** pacientes (17,29 %) 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 2020) **30** pacientes abandonaron el tratamiento y se dieron **5 altas**. Es importante señalar que el número de abandonos sigue aumentando 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 **2.660** sesiones, de las cuales, **1.362** han sido presenciales en la sede de Afectamur y **1.298** online (sesiones por teléfono, whatsapp y otras plataformas ZOOM, Skype). Esto es así debido al confinamiento domiciliario por la pandemia del covid-19, meses durante los que se siguió prestando tratamiento individual a cada paciente que estuvo de acuerdo en ello. Una psicóloga de la asociación debido a ser personal sensible, ha continuado realizando este tipo de sesiones una vez levantado el confinamiento, por eso es tan alto el número de 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 2020 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 hijos con una frecuencia mensual (3) con un total de 35 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.

Debido a la pandemia del COVID-19, y no poder realizar actividades grupales presenciales este año sólo se pudo realizar un **grupo de Psicoeducación Familiar** de forma online (mediante la plataforma ZOOM) siendo el mínimo número de participantes 19 y el máximo 26, los que han acudido a las **7** sesiones. El grupo tuvo lugar los siguientes días: 7,14, 21, 28 octubre y 4,11,18 noviembre de 2020.

### **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, se oferta un grupo de apoyo familiar, en el que puedan sentirse apoyados en el proceso de curación de su familiar afectado, creándose un entorno adecuado para expresar abiertamente lo que sienten, donde aprendan a interactuar 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. Durante los meses de enero y febrero se pudieron realizar de forma presencial, sin embargo con el confinamiento y para no dejar desatendidos a los familiares de personas afectadas, se procedió a realizar estas sesiones de forma online, mediante la plataforma ZOOM.

Durante este período de tiempo, de Enero a Diciembre de 2020, se realizaron en Afectamur **4** sesiones presenciales y **17** sesiones grupales a través de ZOOM, con una participación entre 16 y 32 participantes por grupo.

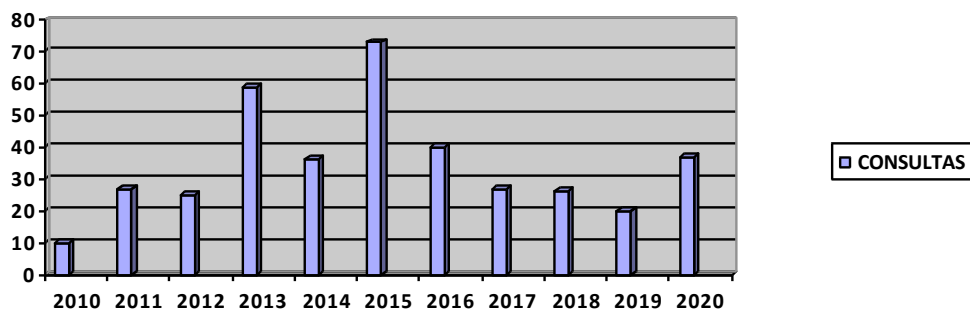
#### 5.4. Talleres Terapéuticos

Con una frecuencia de uno al mes y con una duración de 3 horas, se realizaron 2 talleres terapéuticos: Taller de Autoestima (10 de enero); Taller de Relajación y Mindfulness (7 de febrero); el resto de los talleres, debido al confinamiento y a la pandemia no se han podido realizar.

Se continuó realizando el grupo de apoyo para pacientes con trastorno por atracón que se lleva a cabo a través de ZOOM, a lo largo del año se han realizado 8 sesiones y 10 durante el confinamiento.

#### 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, en el año 2013 fueron **59** consultas, en el 2014 fueron **36** consultas, en el 2015 las consultas recibidas fueron **73**, en el 2016 se recibieron **40** correos, en el 2017 se recibieron **27** correos, en el 2018, **26** correos, en el año 2019, **20** correos y en año 2020, **37** 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 Twitter).



Participación de Pilar Salorio del Moral, Psicóloga Clínica y coordinadora técnica de Afectamur, participo en el Programa de Popular TV “La salud en tus manos”, en el mes de abril de 2020.

#### **7. Proyectos y actividades de divulgación**

Participación en la Feria del Voluntariado, organizada por la UCAM durante el mes de febrero.

#### **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.