

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

MEMORIA 2010

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



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

Anunciado por la Presidenta de la Comunidad de Madrid, Esperanza Aguirre, en el Debate sobre el Estado de la Región celebrado el 19 de septiembre de 2006 y presentado el día 2 de febrero de 2007, tiene el propósito de coordinar actuaciones y promover compromisos de distintos agentes sociales, dirigidos a fomentar y difundir entre todas las personas, y especialmente entre los jóvenes, una imagen saludable.

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

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

- ✓ Profundizar y alcanzar un compromiso firme para que los condicionantes socioculturales dejen de ser una amenaza para la salud, especialmente de los jóvenes, en cuanto a los trastornos

del comportamiento alimentario, y en concreto de la anorexia y la bulimia.

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

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

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

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

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



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

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

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

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

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

El **Pleno del Consejo** es el órgano de deliberación y decisión. Está integrado por el Presidente, que es el titular de la Consejería de

Sanidad; el Vicepresidente, que es el titular de la Viceconsejería de Ordenación Sanitaria e Infraestructuras; el Secretario, que es un funcionario de la Consejería de Sanidad, designado por el Presidente, y los siguientes vocales:

- ✓ Titular de la Viceconsejería de Economía, Comercio y Consumo.
- ✓ Titular de la Viceconsejería de Educación.
- ✓ Titular de la Viceconsejería de Familia y Asuntos Sociales.
- ✓ Titular de la Viceconsejería de Cultura.
- ✓ Titular de la Viceconsejería de Empleo y Mujer.
- ✓ Titular de la Viceconsejería de Deportes.
- ✓ Titular de la Dirección General de Comercio.
- ✓ Titular de la Dirección General de Atención Primaria del SERMAS.
- ✓ Dos Vocales en representación de la Organización Empresarial intersectorial más representativa de la Comunidad de Madrid.
- ✓ Dos Vocales en representación de las Organizaciones Sindicales más representativas de la Comunidad de Madrid.
- ✓ Un Vocal en representación de las entidades, asociaciones e instituciones adheridas al Pacto, cuya actuación se desarrolle dentro del ámbito competencial de las Consejerías de Economía y Hacienda, de Sanidad, de Educación, de Familia y Asuntos Sociales y de Cultura, Deporte y Portavocía del Gobierno.

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

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

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

Durante 2010 han formado parte del Pleno como vocales no permanentes siguientes:

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

A lo largo del año 2010, el Pleno del Consejo se ha reunido en tres ocasiones en sesión ordinaria, en fechas 15 de febrero, 27 de mayo y 17 de noviembre.

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

■ **Programa de tratamiento de los trastornos alimentarios del Hospital Clínico San Carlos**

La Dra. Marina Díaz Marsá, responsable de la Unidad de Trastornos Alimentarios del Hospital Clínico San Carlos, expuso al Pleno los principales aspectos del programa terapéutico iniciado a mediados de 2009, así como las líneas de investigación que están siguiendo en el campo de los marcadores biológicos para llegar a un mejor conocimiento de la neurobiología de estos trastornos.

Básicamente, el programa de tratamiento, con dos grupos, uno psicoeducativo y de apoyo y otro de terapia dialéctico conductual, y una duración de seis meses, se estructura en cuatro módulos sobre habilidades básicas de conciencia, de tolerancia al malestar, de efectividad interpersonal y de regulación de las emociones, que tienen el objetivo de dotar a los pacientes con trastornos alimentarios compulsivos de herramientas específicas que mejoren su autoestima y las relaciones interpersonales para ayudarles a controlar la impulsividad, así como de estrategias de supervivencia a las crisis.

- **Nueva línea de investigación y tratamiento de la Unidad de Trastornos de la Conducta Alimentaria del Hospital Santa Cristina**

En este caso, la responsable de la Unidad de Trastornos de la Conducta Alimentaria del Hospital Santa Cristina, Dra. Rosa Calvo, realizó una exposición detallada sobre una nueva línea de investigación y tratamiento en relación con los pacientes con trastornos compulsivos por atracón y sobrepeso/obesidad, cuyos objetivos principales consisten en profundizar en el conocimiento de las variables que bloquean y/o hacen inestable el cambio de conducta, e incluir en tratamiento a pacientes que hayan intentado conseguir sus objetivos con anterioridad y no lo hayan logrado.

El modelo se basa en el trabajo en las áreas de la imagen corporal y los autocuidados, así como en capacitar al paciente para que se responsabilice de sus cambios, favoreciendo además su capacidad de enfrentarse a la adversidad y seguir proyectando su futuro (resiliencia). El programa terapéutico se complementa con educación nutricional y apoyo psicológico para establecer pautas de alimentación saludable en los hogares que potencien los efectos del tratamiento.

- **Experiencia de la Unidad de Nutrición Clínica y Dietética del Hospital La Paz en relación con los trastornos alimentarios y presentación del "Manual Teórico Práctico de Educación Nutricional en Trastornos de la Conducta Alimentaria. Reaprendiendo a comer"**

En relación con el primer aspecto, la Dra. Gómez Candela, Jefa del Servicio de Nutrición Clínica y Dietética del Hospital La Paz, realizó

una descripción pormenorizada del programa terapéutico multidisciplinar para trastornos del comportamiento alimentario y sobre la experiencia acumulada desde su inicio en 1988 por la Unidad de Nutrición Clínica y Dietética del Hospital La Paz.

El programa, del que es un elemento clave la educación y el soporte nutricional, incluye actividades de prevención, diagnóstico y tratamiento, y persigue instaurar un adecuado estado nutricional, con una alimentación organizada, equilibrada y suficiente que evite complicaciones y prevenga recaídas.

Además de la educación nutricional, las modalidades de tratamiento incluyen la atención en consulta externa, en hospital de día o en régimen de hospitalización. En este último caso, el tratamiento contempla las fases terapéuticas de inicio o resolución de la patología aguda, de estabilización, de transición y de preparación al alta. El programa se complementa con grupos psicoeducativos, tanto para pacientes como para familiares.

Posteriormente la Dra. Loria Kohen, del Instituto de Investigación Sanitaria del Hospital La Paz, describió los resultados del programa de educación nutricional, que han demostrado su utilidad para mejorar el estado nutricional de los pacientes con TCA, tanto en lo que se refiere a la evolución de los patrones antropométricos, como de la ingesta energética y de nutrientes, así como para la mejora de la actitud y comportamiento de los pacientes en relación a la comida, para la mejora de su patrón alimentario y para la disminución de las conductas compensatorias.

Fueron precisamente estos resultados los que indujeron la publicación del "Manual Teórico Práctico de Educación Nutricional en Trastornos

de la Conducta Alimentaria. Reaprendiendo a comer", del que son autoras las Dras. Gómez Candela y Loria Kohen y que, estructurado en una parte teórica y otra práctica, es una guía para mejorar el conocimiento sobre la educación nutricional y su utilidad como parte del tratamiento de los desórdenes de la alimentación, dirigido a profesionales de la salud (dietistas, nutricionistas, nutriólogos, enfermeros, psicólogos, psiquiatras, médicos de familia, terapeutas ocupacionales y otros) involucrados en el abordaje de estos trastornos.

■ **Encuesta sobre hábitos de alimentación a universitarios de la Comunidad de Madrid y opinión sobre la comida en comedores y bares de los centros universitarios**

Por iniciativa de la Consejería de Sanidad, esta encuesta, la primera a nivel universitario desarrollada en Europa, se realizó a 1.406 alumnos de universidades públicas y privadas de la Comunidad de Madrid entre los meses de marzo y abril de 2010.

Entre sus principales resultados, se evidencia que cerca de la mitad de los universitarios considera que mantiene un estilo de vida saludable y concede gran importancia al cuidado de su aspecto físico. Más de la mitad realiza alguna actividad física, al menos, una vez en semana. Realizan la comida de mediodía fuera de su hogar una media de dos veces en semana y valoran la cafetería o comedor universitario con 6,43 puntos.

En general, tienen un índice de masa corporal (IMC) dentro de los límites saludables, aunque un porcentaje importante de los que tiene un IMC inferior al normal considera adecuado su peso y casi uno de cada diez cree necesario perder entre uno y cinco kilos.

Otro grupo importante con un IMC superior al normal considera su peso adecuado e incluso se percibe delgado. La gran mayoría de universitarios no ha realizado ninguna dieta para perder peso en los últimos 12 meses.

SEGUIMIENTO DE ACTUACIONES



ÁREA DE FAMILIA

Con el objetivo de mejorar la especialización del equipo de profesionales de la **Unidad de Orientación a la Familia** y del **Centro de Apoyo a la Familia**, que ofrecen orientación psicológica a las familias, se elaboró en 2008 el **“Decálogo de los Trastornos del Comportamiento Alimentario”**.

Durante el año 2010, la Unidad de Orientación a la Familia y el Centro de Apoyo a la Familia han continuado **aplicando este decálogo** (protocolo de intervención), que incluye un breve análisis del estado de la cuestión, diez enunciados básicos para la detección de los trastornos de la alimentación y pautas orientativas dirigidas a prevenir, definir y abordar esta problemática con preguntas guía para utilizar durante las entrevistas.

En este año, la Unidad de Orientación a la Familia y el Centro de Apoyo a la Familia, han prestado **orientación y asesoramiento** en relación con trastornos del comportamiento alimentario **a 12 familias**.

Niños (0 a 12 años)	2 familias
Adolescentes (12-18 años)	6 familias
Jóvenes (19- 30 años)	3 familias
Adultos (31- 65 años)	1 familia

A lo largo del año 2010 la **Escuela de Familia** (escuela presencial de familia) ha realizado **12 talleres sobre** Adolescencia, que incluyen un módulo sobre **Trastornos de Conducta Alimentaria**, con asistencia de **182 alumnos**.

Asimismo, en la programación del **Aula Virtual** (de la Escuela de familia) se incluye un **curso** sobre Alimentación Saludable que incluye un módulo **sobre Trastornos de Conducta Alimentaria**, que en 2010 han realizado **114 alumnos**.

Se ha continuado con la **distribución** de la **Guía “Trastornos de la Conducta Alimentaria; como actuar desde la familia”** (Guía Nº 12 de la Colección de Guías de la Dirección General de Familia, editada en 2008), que ofrece claves para prevenir los trastornos alimentarios desde la familia y pautas para la colaboración de la familia en el tratamiento, haciéndola llegar **a** cuantas **instituciones y personas** la han solicitado hasta agotar las existencias.

Esta guía permanece **a disposición de todos los ciudadanos** en la página web de la Comunidad www.madrid.org en formato PDF.

ÁREA DE MUJER

En la página web de la Dirección General de la Mujer www.madrid.org se ha incorporado información práctica bajo el epígrafe “Anorexia y Bulimia”, que incluye información general, estudios, guías de recursos, teléfono de atención y diversos documentos y lecturas, entre otros.

ÁREA DE EDUCACIÓN

Han continuado desarrollándose las actividades de **vigilancia y análisis** en la confección de los **menús escolares saludables**, así como el procedimiento de **homologación de las empresas, puntuando el equilibrio y variedad nutricional** de los menús.

Desde el punto de vista de actuaciones sobre el **currículo**, la Orden 3219/2010, de 8 de junio (BOCM de 6 de julio) de la Consejería de Educación, por la que se regulan las enseñanzas iniciales de la **educación básica para personas adultas** en la Comunidad de Madrid, **incluye** en los contenidos del nivel I bloque 3 "**la aceptación del propio cuerpo y del de los demás con sus limitaciones y posibilidades**", y en el nivel II y dentro del ámbito científico tecnológico la "**adquisición de hábitos posturales y alimentarios saludables**".

Las acciones formativas de Educación para la Salud, continúan siendo una prioridad en la **Formación Permanente del Profesorado**.

Entre ellas, se incluyen las relativas a la **prevención, detección precoz y de estrategias de actuación** de los docentes en el campo de los **desórdenes de la alimentación**.

Las principales acciones formativas en este campo durante 2010 se recogen en la tabla siguiente.

Título	Profesores Participantes	Créditos	Horas
Educación para el desarrollo de hábitos saludables	15	3	75
Hábitos saludables en Infantil	11	3	75
Hábitos saludables en Primaria	11	3	75
Proyecto de Salud: comer y correr para crecer	14	3	75
Estudio del estado nutricional y hábitos alimentarios en población joven	50	3	75

En relación con la participación en el **Programa** sectorial **Comenius & Grundtvig** de la **Comisión Europea**, de intercambio de experiencias educativas entre centros de países europeos, que abordan con carácter transversal el desarrollo de **conductas alimentarias correctas**.

Se relacionan seguidamente los proyectos finalizados en septiembre de 2010:

- ✓ “Healthy body, healthy mind, healthy friendship” (CEIP Villaviciosa de Odón). Objetivo: cuidar la salud a todos los niveles: ejercicio físico, alimentación y relación con los compañeros, fomentando **buenos hábitos alimenticios desde edades tempranas**.
- ✓ “Lifelong learning for healthy choices” (IES Getafe). Objetivo: cuidar la salud de los adolescentes a través de **buenas elecciones en la comida y la bebida** para evitar sus efectos nocivos.

- ✓ "Health and Physical Education" (IES El Álamo). Objetivo: cuidar la salud de los adolescentes a través de **buenas elecciones en la comida y la bebida**, acompañadas y reforzadas por el **ejercicio físico y la práctica de los deportes** más adecuados.

Los **proyectos Comenius** en los que se está trabajando actualmente son:

- ✓ "Pour mieux vivre. For a better life" (IES Galapagar). Objetivo: cuidar la salud de los adolescentes **evitando disfunciones alimentarias**.
- ✓ "Healthy European children in the 21st Century" (CEIP Madrid). Objetivo: practicar **buenos hábitos alimenticios desde edades tempranas**.
- ✓ "Hands up for Health!" (CEIP Móstoles). Objetivo: **cuidar la salud a través** del ejercicio físico, **la alimentación** y la relación con los compañeros.
- ✓ "Healthy for Life!" (CEIP Tres Cantos). Objetivo: cuidar la salud a través del ejercicio físico y la alimentación. Practicar **buenos hábitos alimenticios desde edades tempranas** para **prevenir la anorexia o la bulimia**.
- ✓ "A healthy Europe-Explores through life-style and the environment" (CEIP Algete). Objetivo: cuidar la salud a todos los niveles: ejercicio físico y alimentación. Practicar **buenos hábitos alimenticios desde edades tempranas**, combinando este propósito con el cuidado del medio ambiente y la manipulación de los alimentos.

- ✓ “Health and nutrition without borders” (Colegio Concertado Madrid).
- ✓ “European school smoking prevention project” (Instituto Colmenar Viejo).

Por su parte, los **proyectos Grundtvig** que continúan en el curso 2010-2011 son:

- ✓ “Adolescente and mother-daughter Interaction” (Sindicato CSI-F Enseñanza Madrid). Objetivo: detectar y corregir los problemas existentes en la relación de los jóvenes en edad adolescente con sus padres.
- ✓ “Legends” (Institución Pilates Wellness and Energy S.L). Objetivo: fomentar hábitos de vida saludable (deporte, alimentación) en la población urbana de más de 40 años y alumnos de secundaria con un enfoque de aprendizaje intergeneracional.

Por otra parte, toda la **información y resoluciones** adoptadas en el seno del Consejo para el Seguimiento del Pacto Social contra la Anorexia y la Bulimia. **son trasladadas por el** representante del **Consejo Escolar de la Comunidad de Madrid a los 60 miembros** de dicho Consejo, en el que están representadas asociaciones de padres de alumnos, profesores, sindicatos, directores de centros, alumnos, patronales de la enseñanza y administración educativa, **al objeto de que la transmitan en sus respectivos ámbitos.**

Asimismo, en la página de inicio de la **web del Consejo Escolar** se ha insertado un enlace directo al espacio web del Consejo para el Seguimiento del Pacto Social.

ÁREA DE DEPORTES

En esta área, se ha continuado con trabajando en la **promoción de campañas** con mensajes positivos dirigidos a la población en general, y especialmente a los jóvenes, que pongan de manifiesto la **importancia de una alimentación adecuada**, los **hábitos de vida saludable** y la **valoración de la propia imagen**. En concreto, en el año 2010 se ha procedido a:

- ✓ La divulgación de los materiales de la **Campaña Deporte y Salud "Vívelo, Vive 10"**, dirigida a la sensibilización de los adolescentes sobre temas referidos al mundo del **deporte y la nutrición**. Todas las guías se encuentran colgadas en la página web del **Centro de Medicina Deportiva** (www.madrid.org) para su descarga y utilización gratuita.

Este año le ha sido otorgado el **premio a la mejor campaña educativa nacional** por el comité científico del II Salón de la Dieta Mediterránea, presidido por el Dr. Aranceta.

- ✓ La difusión el **Decálogo del Deportista Saludable**, a través de diversas acciones del Centro de Medicina Deportiva, entre los niños y adolescentes. En este documento se ofrecen **consejos de nutrición y hábitos de vida saludable**.
- ✓ En la **Feria del Corredor** y el **Salón de la Dieta Mediterránea** del año 2010, dentro de las actividades realizadas en el stand de atención directa al público, el Centro de Medicina Deportiva ha realizado **valoraciones de la composición corporal** y se han dado **recomendaciones de cómo alimentarse correctamente** en carreras de gran recorrido (maratón) e incidir en el fomento de los **hábitos de**

vida saludables relacionados con la actividad física y la nutrición de toda la población.

- ✓ El **Centro de Medicina Deportiva** y el **Servicio Madrileño de Salud** han iniciado una **línea de colaboración** y se están valorando proyectos de actuación conjuntos.

En el ámbito de la **promoción de campañas de prevención e información sobre anorexia y bulimia** dirigidas a distintos colectivos: AMPAS, entrenadores, responsables de gimnasios, monitores juveniles y de campamento, responsables de asociaciones juveniles, universidades y residencias universitarias; las principales acciones en 2010 han sido las siguientes.

- ✓ Se ha finalizado con la recogida de datos del Proyecto europeo **European Youth Heart Study** (EYHS). Se trata de una campaña muestral dirigida a **escolares** de la Comunidad de Madrid de **entre 9 y 15 años** de edad, destinada a realizar un reconocimiento médico deportivo gratuito, entre cuyas pruebas se incluye un **estudio nutricional** y **valoraciones de la composición corporal**, así como **recomendaciones individualizadas sobre alimentación equilibrada y estilos de vida saludables**.
- ✓ Se han realizado varias **Jornadas Técnicas** que incluían entre sus temáticas, conferencias y charlas **dirigidas a los profesionales de** la salud que prestan servicios en **Atención Primaria**, con contenidos relativos a los **trastornos de la alimentación, nutrición adecuada** y **estilos de vida saludables**.

- ✓ El Centro de Medicina Deportiva, en coordinación con la Dirección General de Deportes de la Comunidad de Madrid, ha realizado un **“Curso de nutrición y ejercicio físico en niños y adolescentes”** y varias **jornadas técnicas** dirigidas a **profesionales de la salud** (médicos, DUEs, fisioterapeutas...) **y de la actividad física** (INEFs, TFAD, monitores...) con contenidos relativos a los **trastornos de la alimentación, nutrición adecuada y estilos de vida saludables**.
- ✓ En el portal **Profesionales GanaSalud** se han publicado **informaciones técnicas** sobre actividad física y ejercicio en las enfermedades crónicas asociadas al estilo de vida, dirigidas **a profesionales de la actividad física y la salud**. Entre ellas se encuentra un apartado específico relacionado con la **alimentación**.
- ✓ Continúa desarrollándose el programa de **Campeonatos Escolares**, para el fomento de la práctica deportiva entre los **adolescentes** madrileños, como grupo de riesgo en la adquisición y mantenimiento de **hábitos saludables** y abandono prematuro de la actividad física.
- ✓ Se han impartido **charlas de impacto** a deportistas adolescentes, sobre los **hábitos nutricionales** aplicados al **deporte de alto rendimiento**. Mediante estas charlas coloquio, realizadas durante la celebración de Campeonatos en la Comunidad de Madrid, se intenta **concienciar** tanto a **técnicos** como a **deportistas** de la importancia de llevar una **dieta sana y equilibrada**.
- ✓ Se ha continuado con la labor de **sensibilización** mediante entrevistas personalizadas **a los monitores y entrenadores**

de alto rendimiento en la **detección precoz de los trastornos alimentarios** sobre todo en aquellos colectivos especialmente sensibles a este tipo de problemas (gimnasia...).

También en el campo de la **promoción de campañas** con mensajes positivos dirigidos a la población en general, y especialmente a los jóvenes, que pongan de manifiesto la importancia de una **alimentación adecuada**, los **hábitos de vida saludable** y la **valoración de la propia imagen**, se incluyen entre las acciones desarrolladas en 2010 las siguientes.

- ✓ En los **cursos** impartidos por el **Centro de Medicina Deportiva** conjuntamente con la **Agencia Laín Entralgo** (áreas transversales de educación para la salud y ocio saludable), se incide para que los **profesionales** que ejercen sus funciones **en contacto directo con niños y adolescentes** sean conscientes de la **importancia de la dieta equilibrada** y los beneficios que la misma y el ejercicio físico tienen para la salud, con el objetivo de que se sientan capaces de transmitirlo a estos colectivos.
- ✓ A través del **Centro de Medicina Deportiva** , la **Viceconsejería de Deportes** de la Comunidad de Madrid, expone en su página web (www.madrid.org) información clara y de calidad sobre **pautas adecuadas de alimentación** y **hábitos de vida saludables** .

ÁREA DE CULTURA Y JUVENTUD

En las dos ediciones de **Cibeles Madrid Fashion Week** celebradas en febrero y septiembre de 2010, se ha continuado supervisando el cumplimiento de la **exigencia** a las modelos de un **Índice de Masa Corporal no inferior a 18**, de acuerdo a la medida adoptada en 2006. Un **medida pionera** que ha tenido **reflejo en** otras importantes **pasarelas de moda** de ámbito **internacional**.

Asimismo, y dentro de las **líneas de actuación** dirigidas a **favorecer la salud de los jóvenes** madrileños, se ha realizado diversas actuaciones.

Desde la **Escuela Pública de Animación de la Comunidad de Madrid**, que realiza una importante labor como complemento a la formación reglada, facilitando el conocimiento de nuevas materias y formación en el ámbito de la educación social y cultural (monitores y coordinadores juveniles de tiempo libre), se ha realizado en colaboración con la **Asociación en Defensa de la Atención a la Anorexia y Bulimia** (ADANER) un **curso** de 20 horas de duración.

El curso, que contó con **47 inscripciones**, tenía por **objetivo** profundizar en el **conocimiento de los trastornos de la conducta alimentaria**, **reconocer los síntomas incipientes** e **informar sobre los recursos** existentes para su **prevención y /o tratamiento**, entregándose como material las Guías de Recursos para el tratamiento de los TCA de la Consejería de Sanidad.

De igual manera, desde el **Centro Regional de Información y Documentación**, órgano de coordinación de información juvenil, que

asesora y ofrece información directa a los 427 servicios de información que integran la **red de información juvenil**, se pone a disposición de los jóvenes madrileños la documentación e información existente en esta materia.

Su principal mecanismo de comunicación, la página web, **Inforjoven**, contiene un apartado (dentro de su canal salud) dedicado a la **Anorexia y la Bulimia**, en la que se encuentra el enlace a la Guía de Recursos de TCA de la Consejería de Sanidad. Además de explicar estos, se ofrece información sobre asociaciones, teléfonos y enlaces de interés, y bibliografía.

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

En concreto, desde su **Asesoría de Salud** se ofrece información y orientación en materia de salud, tanto en atención directa por vía presencial ó telefónica, como por correo postal ó electrónico, derivando las consultas realizadas a la Consejería de Sanidad. A lo largo del año 2010, de un total de **395 consultas realizadas** por los jóvenes en materia de salud, un **3%** correspondieron a **trastornos alimentarios**.

ÁREA DE ECONOMÍA, COMERCIO Y CONSUMO

ECONOMÍA Y COMERCIO

Durante el año 2010 se ha continuado trabajando en colaboración con el **comercio textil** y sus Asociaciones representativas en la concienciación acerca de los tallajes, lo que conlleva la necesidad de supervisar la **no exposición** por ningún establecimiento **de maniqués por debajo de la talla 38**.

En este sentido, tal y como informa la Asociación Empresarial de Comercio Textil y Complementos (ACOTEX), como en años anteriores las tiendas están introduciendo paulatinamente maniqués con estas características y con un aspecto saludable, una **iniciativa que ha despertado interés en otros países europeos**, por lo que se está planteando su desarrollo a este nivel.

También se está trabajando en el ámbito de las **pasarelas**, de forma que **no desfilen modelos con talla inferior a la 38**. Además, se incide también en el **maquillaje** con el objeto de transmitir una **imagen de belleza saludable**.

En todo caso, **sigue pendiente que el Ministerio de Sanidad, Igualdad y Política Social complete el estudio antropométrico** que servirá para homogeneizar los patrones de confección de las tallas, sin el cual no se puede avanzar en la puesta en marcha de una **normativa unificada en el tallaje** en prendas de vestir.

Por tanto, el sector continúa trabajando en esta línea, avanzando en la aplicación de estas iniciativas a través de grupos de trabajo periódicos.

En el ámbito de la **alimentación**, las empresas de distribución comercial que operan en el sector alimentario han continuado trabajando a lo largo de 2010 en propuestas, tales como, **mejorar la dotación de gamas de alimentos nutricionales en departamentos de dietética**, por el incremento de las referencias sin gluten aptas para celíacos, y ofrecer una **mayor y mejor información nutricional** sobre sus productos.

Además, las **empresas** del sector llevan a cabo la **difusión de hábitos de vida saludable**, a través de sus propias revistas y páginas web, o colaborando con entidades públicas y privadas en materia de educación, en actuaciones como **jornadas informativas** que, por un lado, dan a conocer unos **hábitos de vida saludables** a la población y, al mismo tiempo, promueven el comercio y el consumo.

Un ejemplo de todo ello es el trabajo que ha continuado realizando en el año 2010 la empresa de distribución **Eroski**, extendiendo su **sistema de etiquetado nutricional**, como vía de información al consumidor, a productos de marca propia en los que han implantado este sistema bajo el nombre de "semáforo nutricional". En esta línea, el 20 de marzo de 2010 se celebró el II **Congreso** de la Federación Española de Sociedades de Nutrición, Alimentación y Dietética (FESNAD 2010) "**Etiquetado Nutricional: perspectivas de la Industria, la Distribución y el Consumidor**".

Además, la empresa ha procedido a la **eliminación de las grasas trans** en todos los productos de su marca propia, habiendo formado específicamente en esta materia a sus trabajadores.

Por su parte, en el ámbito del **pequeño comercio** de la Comunidad de Madrid se han desarrollado diversas acciones encaminadas a promover dietas saludables entre la población. En concreto, a través de la colaboración mantenida con las Asociaciones de Comerciantes del pequeño comercio especializado en alimentación, se ha trabajado en la realización de **campañas promocionales** a fin de potenciar y dar a conocer las ventajas de una **dieta sana** en el ámbito del **consumo saludable de alimentación fresca y variada**.

Un ejemplo es la puesta en marcha del sitio web **Sano con carne** www.sanoconcarne.com, por la Federación de Detallistas de la Carne (FEDECARNE) en colaboración con la Fundación Española de Nutrición, que está enfocada principalmente a **promover dietas saludables y variadas** en los consumidores. El portal ofrece **información** completa **sobre aspectos nutricionales de la carne** además de permitir a los usuarios la confección de un **menú diario equilibrado en función de** sus **características y actividad física**. Como un dato a señalar, sólo durante el mes de **octubre** de 2010 la página web recibió **349 visitas**.

El **objetivo** es que el consumidor perciba **la carne y sus derivados como productos saludables en una dieta equilibrada**, ofreciendo una información veraz sobre la misma, lo que ayudará al consumidor a **mejorar** su **educación alimenticia y nutricional** y, por otro lado, ayuda al sector minorista de la carne a mostrar un aspecto más innovador y promover sus ventas.

En paralelo, desde FEDECARNE se han llevado a cabo **actividades en Mercados** con el fin de **promover una dieta saludable**, especialmente entre los jóvenes y los más pequeños, para transmitir

los **valores de la carne y su incorporación a sus dietas de forma equilibrada y saludable.**

Así, en el Mercado de Ventas, se difundieron las bondades de la carne, participando en un pequeño seminario dirigido a niños de un colegio de la zona.

Experiencias similares se han llevado a cabo en otros Mercados, como el de la Paz, donde han acudido **alumnos de 5º de Primaria** para que expertos en la materia les dieran a conocer los productos frescos que se pueden encontrar en nuestros Mercados, especialmente **frutas y verduras, pescado y carne**, para que así puedan **incorporarlos a su alimentación** diaria **de una forma sana y variada.**

Otra iniciativa en este ámbito ha sido la puesta en marcha de la **campana de fomento del consumo de productos de pesca y acuicultura en** diversos **colegios** realizada por la Asociación de Detallistas de Pescaderías de Madrid (ADEPESCA), también enfocada a una población infantil-juvenil, como futuros consumidores.

La campaña se ha desarrollado a través de **28 jornadas** realizadas **en** distintos **colegios** de la Región, llegando a **5.000 niños de Primaria**, y se ha completado con la entrega a cada niño de un libro de pegatinas realizado por ADEPESCA en colaboración con la Dirección General de Comercio de la Comunidad de Madrid, con el fin de que se familiaricen e identifiquen los productos de la pesca y la acuicultura.

El **objetivo** era **promocionar una alimentación saludable con el pescado como protagonista** y mejorar el conocimiento de los más jóvenes sobre estos productos, fomentando así su consumo.

Se trata de actividades muy dinámicas donde los niños tienen la oportunidad de tocar las distintas especies (pulpos, calamares, gallos, etc.) recibiendo al mismo tiempo información sobre sus valores nutricionales, formas de preparación etc, de manera que puedan incorporar plenamente el pescado a su dieta.

CONSUMO

En el marco del contrato "Actividades del Programa Regional de Educación para el Consumidor en la Escuela 2009/2010" se ha continuado con la realización de talleres en centros escolares de la Comunidad de Madrid.

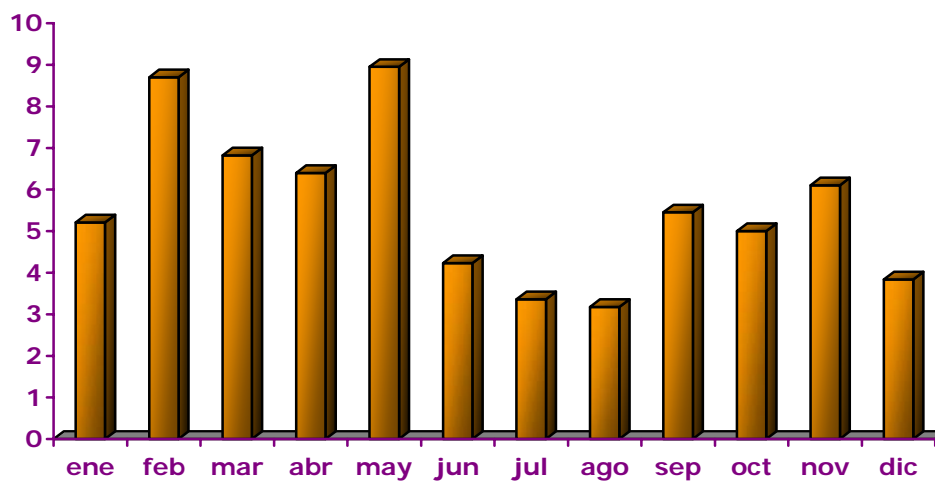
Durante el curso 2009/2010 se han impartido **252 talleres para alumnos de Primaria y de ESO** con el fin de **identificar los trastornos del comportamiento alimentario y proporcionar herramientas para su temprana prevención**, de los cuales 189 se han impartido en Madrid capital y 63 en municipios de la Comunidad de Madrid. El 88% de los talleres realizados ha sido en enseñanza secundaria.

Bajo el lema "*Por dentro y por fuera: ¡Cuidate!*" e impartidas por psicólogos, **5.346 alumnos** han participado en estas actividades que se han desarrollado **en 38 centros educativos de Madrid capital y otros 15 centros de** diversos **municipios** de la Comunidad de Madrid.

ÁREA DE SANIDAD

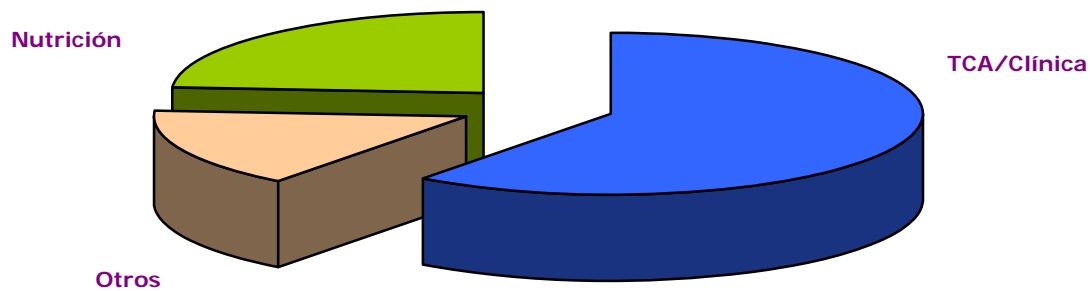
El **servicio de atención telefónica** gratuito (900 60 50 40) ha atendido **1.391 consultas** durante 2010, lo que supone una media de 5,59 consultas diarias.

MEDIA MENSUAL DE LLAMADAS 2010

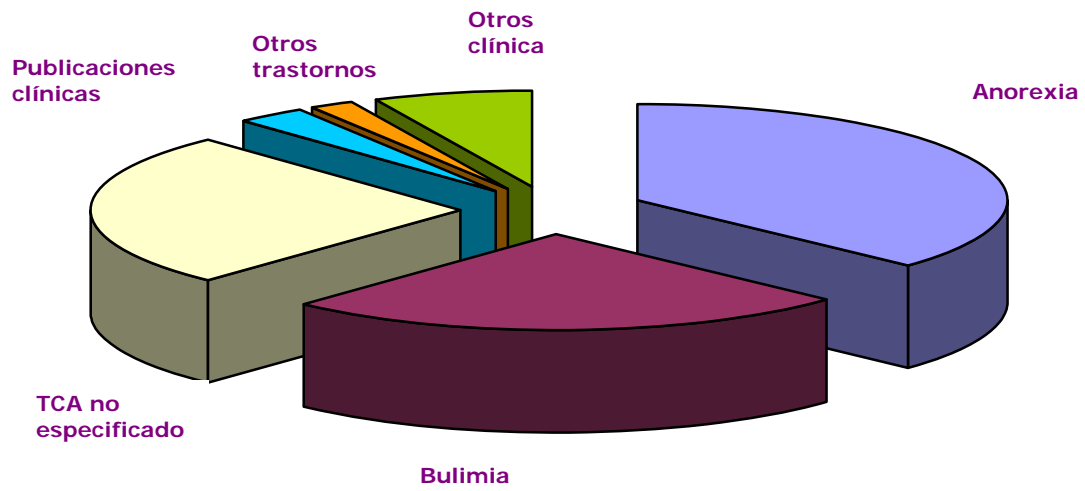


El **60%** de las consultas realizadas se referían a **trastornos del comportamiento alimentario**.

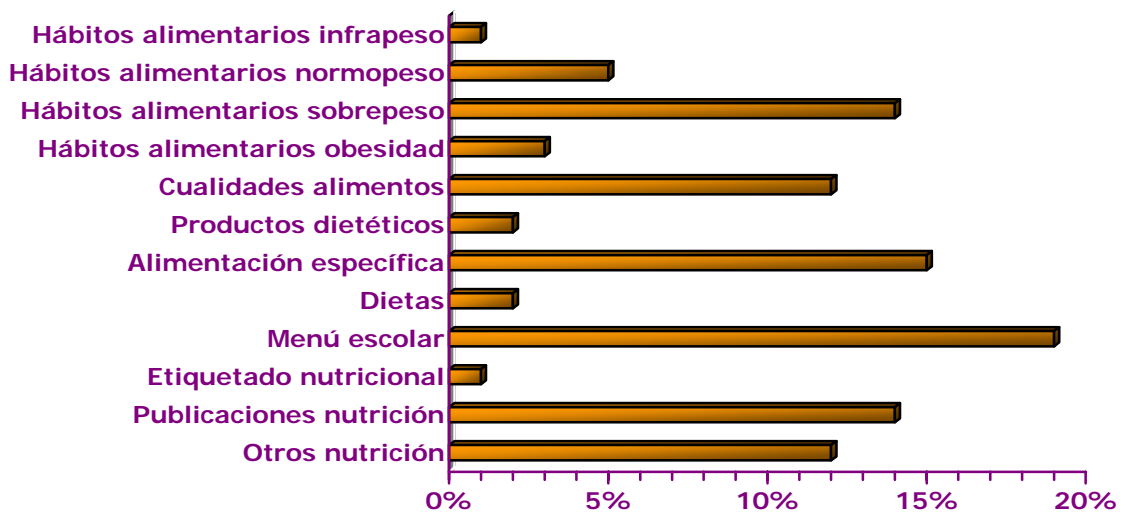
MOTIVO DE LLAMADA



CONSULTAS SOBRE TCA/CLÍNICA



OTRAS CONSULTAS SOBRE NUTRICIÓN



En la población escolarizada de la Comunidad de Madrid de entre 15 y 18 años, se ha detectado que un **3,4% de las mujeres adolescentes padecen un trastornos del comportamiento alimentario** y un **7,6% presentan riesgo de padecerlo**, lo que, unido a la prevalencia actual, supone que este problema de salud afecta a un 11% de mujeres adolescentes escolarizadas en nuestra Comunidad (Gandarillas, Zorrilla, Sepúlveda y Muñoz, 2003).

Precisamente, de la necesidad de prevenir estos trastornos surgen los **Talleres para la prevención de los trastornos del comportamiento alimentario “Por fuera y por dentro: ¡Cúdate!”**.

No hay que olvidar que, tanto la anorexia como la bulimia, son problemas del modo en que la persona se valora y percibe a sí misma. Por ello, estos talleres están pensados para que sean **impartidos por psicólogos** y uno de sus objetivos principales es la **detección de los casos incipientes**.

Los **centros educativos** son un **lugar ideal** para el desarrollo de los talleres por la presencia de la totalidad de la población de menores de edad, la ayuda fundamental del profesorado y el cumplimiento de la normativa legal vigente.

Los colectivos que confluyen en los centros de enseñanza y que tienen relevancia en la prevención de los desórdenes alimentarios, a quienes van **dirigidas** las actividades de estos talleres son, tanto **padres y madres**, como **alumnos de tercer ciclo de Educación Primaria, de Educación Secundaria Obligatoria y de Bachillerato**; así como **docentes y orientadores**.

Los **objetivos** concretos son:

- ✓ transmitir la importancia de unos **hábitos de alimentación saludables**,
- ✓ colaborar en el **aumento de la propia aceptación** y la aceptación de los otros,
- ✓ ayudar a ser consciente de la **persona como una globalidad de cuerpo y mente**,
- ✓ fomentar el desarrollo de un **análisis crítico y realista del modelo de belleza** actual.

Para ello, se trabajan los siguientes **contenidos**:

- ✓ **alimentación variada** como fórmula para tener un **cuerpo sano**,
- ✓ la **imagen corporal** que tenemos de nosotros mismos y su influencia en nuestra **valoración**,
- ✓ la **impulsividad** y cómo **controlarla**,
- ✓ la **asertividad** como clave para poder **ser uno mismo**,
- ✓ la **autoestima** y sus consecuencias en nuestros actos,
- ✓ el **perfeccionismo** o como estar siempre infeliz,
- ✓ el **análisis crítico del ideal de belleza** actual.

La **metodología** que se utiliza es **activa y participativa**, instando a los participantes a no ser meros objetos pasivos y animándoles a que sean ellos mismos los que propongan, discutan y elaboren los temas que se aborden.

La eficacia de la intervención se evalúa con dos cuestionarios, uno al inicio y otro al final de las actividades, en los que se valoran:

- ✓ los conocimientos adquiridos por los participantes y su influencia en el cambio de actitudes,
- ✓ la existencia de posibles casos de trastornos alimentarios entre el alumnado,
- ✓ la labor del ponente.

Durante el año 2010 se han realizado **117 talleres de prevención** en **28 centros educativos** con un total de **2.519 asistentes**.

TALLERES REALIZADOS EN 2010

	Nº TALLERES	Nº ASISTENTES
Tercer ciclo Primaria	20	408
Primer ciclo ESO	40	934
Segundo ciclo ESO	43	917
Bachillerato	6	108
Padres y madres	7	113
Monitores de comedor	1	39
TOTAL	117	2.519

Los **cuadernos de trabajo** utilizados en los talleres más solicitados (último ciclo de Educación Primaria, primer y segundo ciclo de Educación Secundaria), se han **revisado y modificado** durante este año para su utilización en los talleres programados en 2011.

También en centros educativos, ha continuado el desarrollo de la **Campaña “Desayunos saludables”** para la promoción de pautas para un desayuno y hábitos de alimentación saludables, en la que han participado **15.600 escolares** de **140 centros educativos** en

el curso escolar 2009-2010. La actividad, en la que también participan padres y profesores, es **impartida por técnicos especializados** de la Consejería de Sanidad, junto con **profesionales de enfermería de los Centros de Salud** más cercanos a cada colegio.

Se trata de una iniciativa que consigue **mejorar las conductas alimentarias**, como prueba el hecho de que tras la misma, el porcentaje de **escolares que desayuna a diario** pasó de un 88% a un **91,5%**, y entre los que ya desayunaban se obtuvo una **mejora en la composición del desayuno**, con un **84,8%** de niños que incluyen **4 o más alimentos** frente al 77,4% antes de la actividad.

Asimismo, a través del **Aula de Salud** se han impartido **250 talleres** a un total de **6.000 escolares** sobre promoción de hábitos de vida y **alimentación saludable**.

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.

Alrededor de un **60% de los escolares** de la Comunidad **de Madrid** **realizan la comida principal del mediodía en el centro educativo**. Es por ello que **el comedor escolar desempeña una función educativa** y debe servir para **fomentar una dieta variada y equilibrada** y **promover la diversidad gastronómica**, cuidando también la textura y la forma de presentación de los platos para favorecer su aceptación entre los más pequeños.

Por ello, con el fin de controlar los menús que se sirven en los colegios de la Comunidad y establecer los requerimientos nutricionales que deben cumplir, se desarrollan distintas actividades:

- ✓ diseño de una publicación/manual para un asesoramiento nutricional que facilite la correcta elaboración de los menús escolares, "**Guía Práctica para la planificación del Menú Escolar**".
- ✓ diseño y elaboración de la "**Aplicación Informática para la Evaluación del Menú Escolar**" para la planificación, valoración y autoevaluación por los centros educativos de los menús que se sirven en su comedor.

En noviembre de 2010, en la Semana de la Ciencia, se presentó esta aplicación informática, como una **herramienta útil, sencilla y dinámica** que **facilita e incentiva la** necesaria **cooperación entre los centros educativos y empresas proveedoras de la alimentación** de los escolares.

El **acceso a la** citada **aplicación** se puede realizar a través del portal web www.madrid.org/menuescolar. En dicho portal también se puede consultar información sobre alimentación infantil, recomendaciones de consumo de alimentos en el comedor escolar, alergias alimentarias, legislación, publicaciones sobre nutrición dirigidas a escolares y otros.

La **aplicación permite** introducir los menús mensuales de cada centro, y así, **conocer, comprobar, autoevaluar y/o supervisar, la calidad nutricional** de la comida servida, asegurando un adecuado aporte de energía y nutrientes, para fomentando una dieta variada y equilibrada.

A lo largo de 2010 se han continuado celebrando los **Talleres de Cocina y Alimentación Infantil**, iniciados en 2009, que tienen el objetivo de acercar a los niños ingresados en el Hospital Gregorio Marañón la **importancia de una alimentación saludable**, a través de distintas actividades como la elaboración de alimentos, charlas informativas y juegos relacionados con la alimentación saludable.

Los trastornos de la conducta alimentaria anorexia nerviosa, bulimia nerviosa y cuadros no especificados o incompletos, han alcanzado una especial relevancia en los últimos años, tanto por su presencia cada vez más extendida, como por la gravedad de la sintomatología, la resistencia al tratamiento y el índice de mortalidad asociado.

Hasta la fecha, en la Comunidad de Madrid se han elaborado estudios de prevalencia de estos trastornos entre la población infantil, y adolescente/juvenil (Morandé 1990 y Casa 1997, Gandarillas-Grande y Febrel 2000 y 2002), pero no existe ningún estudio epidemiológico que haya analizado su incidencia entre el conjunto de la población madrileña.

Ante esta situación, la Consejería de Sanidad ha impulsado la realización de una **Encuesta de Incidencia y Prevalencia de los Trastornos del Comportamiento Alimentario en la población de la Comunidad de Madrid**, con el **objetivo** de disponer de un estudio que posibilite:

- ✓ establecer el porcentaje de **población** de la Comunidad **que padece actualmente algún trastorno alimentario**,
- ✓ identificar el porcentaje de **población de riesgo que**, aunque no padece actualmente ningún trastorno, **podría padecerlo en el futuro**,

- ✓ establecer qué tipo de **factores** sociodemográficos, culturales y de estilos de vida **contribuyen o aumentan el riesgo** de padecer alguno de estos trastornos,
- ✓ identificar la de **edad media de aparición**,
- ✓ identificar el grupo de **edad con mayor número de casos**.

Se han considerado dos poblaciones **objeto de estudio**, la **población escolarizada** y la **población de entre 18 y 65 años**, que cubren la población potencialmente de riesgo para los trastornos del comportamiento alimentario.

En 2010 se ha realizado un primer test con entrevista personal para identificar a la población de riesgo y conocer datos sobre el perfil sociodemográfico y estilos de vida, y se han evaluado los resultados del test.

Durante el año próximo se realizará una entrevista de diagnóstico personal focalizada en sintomatología a todos los sujetos identificados como población de riesgo en el test, así como a una muestra aleatoria y suficiente en número de casos no identificados como población de riesgo, con el objetivo de estimar el porcentaje de falsos negativos, dada la importancia de la ocultación y el encubrimiento de caracteriza a estos cuadros.

Completado el estudio, se presentarán sus resultados.

A lo largo de 2010 se han continuado desarrollando diversas actividades de **supervisión de medios de comunicación**, fundamentalmente prensa escrita, encaminadas a **evitar** la emisión de **mensajes publicitarios que induzcan a error sobre** las

verdaderas cualidades de **dietas** o servicios relacionados con el **adelgazamiento** y que promuevan el **culto al cuerpo**.

Para ello, se ha implantado un **sistema de revisión del contenido de mensajes publicitarios** que, en materia alimentaria, están dirigidos principalmente al público infantil y juvenil, con el fin de evitar la emisión de mensajes sobre dietas o métodos de adelgazamiento que carezcan de base científica o, sobre todo, supongan un claro engaño a los consumidores.

El **objetivo** último tiene una **doble** vertiente, que las personas o empresas responsables **retiren los mensajes publicitarios** considerados **engañosos** o que puedan incitar a prácticas alimentarias **perjudiciales**, y **mejorar la formación** de los destinatarios de dicha información, de modo que mejoren su **sentido crítico** ante ese tipo de mensajes.

Las **actuaciones** realizadas, sobre todo tras la detección de determinados mensajes, se desarrollan **en coordinación con organismos competentes** en diversos campos de actuación, a los que se deriva la información disponible cuando la publicidad afecta a productos concretos y se sospecha un posible fraude alimentario o pueda suponer un incumplimiento a la normativa sanitaria, o en aquellos casos en que se sospeche la inducción a la realización de prácticas perjudiciales a niños y adolescentes.

Durante 2010 se ha llevado a cabo la **revisión sistemática de 300 ejemplares de prensa mensuales**:

- ✓ 180 diarios de difusión nacional
- ✓ 60 periódicos de distribución gratuita

- ✓ 50 suplementos y semanarios
- ✓ 30 revistas del corazón y destinadas a adolescentes.

De manera que, en total, se han revisado **1.336 diarios de difusión nacional, 375 periódicos de distribución gratuita, 271 revistas suplementos semanales y 250 de otras revistas.**

Como resultado de la revisión, **se han detectado 161 anuncios que podrían incumplir la normativa o** que podían **inducir a error** al consumidor. De ellos, 84 en los diarios de difusión nacional, 26 en los periódicos de distribución gratuitos, 16 en suplementos y semanarios y 35 en otras revistas.

En el año 2009, a iniciativa del Instituto de Nutrición y Trastornos Alimentarios de la Comunidad de Madrid, y en colaboración con todas las universidades públicas y privadas de la región, se decidió la creación de la red **Red Madrileña de Universidades Saludables (REMUS)**, con el objetivo de sentar los medios que conduzcan a una **educación alimentaria y nutricional para la salud** y promoción de la misma, de trabajadores y estudiantes, integrándola en la cultura universitaria, en los procesos y en el sistema universitario global,

Para conseguir la implantación de hábitos saludables de alimentación en la población universitaria, las **líneas estratégicas** incluyen:

- ✓ la elaboración de una **encuesta sobre hábitos de nutrición y alimentación,**
- ✓ la realización de **cursos de formación sobre dieta sana, nutrición adecuada y prevención de trastornos de la conducta alimentaria,**

- ✓ la realización de una **campaña sobre** hábitos saludables basada en una **adecuada nutrición y alimentación y prevención de la anorexia y la bulimia** en la población estudiante.

Entre los meses de marzo y abril de 2010 se realizó el trabajo de campo de la **Encuesta sobre hábitos de nutrición y alimentación a universitarios de la Comunidad de Madrid y opinión sobre la comida en comedores y bares de los centros universitarios** (987 encuestas en universidades públicas y 419 en universidades privadas).

Dentro de los **objetivos de investigación** se encuentran:

- ✓ la **percepción** general sobre el **estado de salud y** percepción sobre el **peso** propio,
- ✓ práctica de **hábitos saludables**,
- ✓ práctica de **hábitos no saludables**,
- ✓ **comidas fuera del hogar** de lunes a viernes,
- ✓ nivel de **valoración y confianza de cafeterías y comedores universitarios**,
- ✓ nivel de **interés por la alimentación**,
- ✓ **percepción y actitudes** ante un **estilo de vida saludable**,
- ✓ seguimiento de **dietas**.

El 2 de julio de 2010, en la Agencia Laín Entralgo, tuvo lugar la 4ª Reunión de los representantes del proyecto "Universidades Saludables" de la Red Madrileña de Universidades Saludables, donde se presentaron los resultados de la encuesta, cuyo resumen se recoge en las páginas 12 y 13 de esta Memoria.

La Consejería de Sanidad ha estado presente, un año más, en el **II Salón de la Dieta Mediterránea y Salud**, celebrado en octubre de 2010, en el que, además de impartir dos **ponencias** sobre la **“Orientación nutricional para jóvenes”** y **“Los medios de comunicación y salud. Vigilancia de la publicidad”**, se programaron diversas actividades como: reparto de **publicaciones divulgativas**, **consejo nutricional individualizado por un dietista-nutricionista**, **juegos educativos** sobre alimentación y nutrición, **recetas**, etc.

Este año se han sumado varias propuestas prácticas para realizar una alimentación saludable con el reparto de 1.500 kits de desayuno/merienda (compuestos por pan, aceite, tomate, preparado lácteo con fruta) y con la degustación de más de 1.000 raciones de fabes con almejas y 1.600 de puchero de garbanzos entre los asistentes (elaborados siguiendo las recetas del Hospital Gregorio Marañón).

Entre otras publicaciones, en 2010 se ha editado el documento **“Guía de orientación sobre nutrición, compra y cocina fácil para jóvenes”**, como herramienta de orientación y educación nutricional que permita divulgar los principios de una dieta mediterránea y ofrecer ideas prácticas y sencillas para confeccionar menús con recetas de fácil preparación, combinando los distintos alimentos, de manera que se **cubran las necesidades de energía y nutrientes de una persona sana**, basándose en la pirámide de la alimentación.

La publicación, dirigida a población adulta-juvenil que vive sola, tiene el objetivo de **fomentar una alimentación saludable** como medio para mantener y mejorar la salud, así como servir de **instrumento**

de formación e información al consumidor, **sobre alimentación, compra y cocinado saludable**.

También en el ámbito de la **prevención**, la **Consejería de Sanidad**, en colaboración con la **Asociación en Defensa de la Atención a la Anorexia Nerviosa y la Bulimia**, ha desarrollado en 2010 una campaña de difusión **en todos los Centros de Atención Primaria**, para dar a **conocer** las **características y síntomas** propios de estas enfermedades, **fomentar su detección precoz** y **favorecer el inicio temprano del tratamiento**, lo que resulta trascendental por las implicaciones que tiene en el pronóstico y las garantías de éxito del mismo.

La campaña se inició de cara al verano, por ser éste un momento en el que muchas personas desean perder peso de forma rápida utilizando cualquier tipo de dieta agresiva, sin consultar con su médico y sin pensar que puede suponer un posible riesgo para su salud.

Para la citada campaña se diseñaron **carteles con** las **'señales' de alerta** que pueden ser síntomas de que existe un problema, de forma que ante su aparición se **consulte con un profesional sanitario** lo antes posible. Su **distribución** se realizó **en toda la red de centros de Atención Primaria** de la Comunidad de Madrid, en los accesos y lugares de mayor tránsito de usuarios, e igualmente está disponible **en el Portal de Salud** www.madrid.org.

Como en anteriores ediciones, el **Plan de Formación Continuada** de los profesionales sanitarios ha incluido en 2010 un **Programa de Alimentación Saludable, Educación para la Salud y Trastornos del Comportamiento Alimentario**, con un total de **63** nuevas

acciones formativas que, sumando **1.107 horas lectivas**, han permitido mejorar la formación de **1.649 profesionales** en este campo.

Entre estas acciones formativas se encuentran los cursos **Abordaje de los Trastornos de la Conducta Alimentaria**, **Trastorno de la Conducta Alimentaria: aspectos de práctica clínica multidisciplinar** e **Interacción de los trastornos de la personalidad en la conducta alimentaria**, en los hospitales de Móstoles, Príncipe de Asturias y Santa Cristina

Asimismo, entre otras, se han celebrado las siguientes Jornadas que han tenido como eje central los trastornos alimentarios:

- ✓ **XIII Jornadas sobre Avances en Trastornos Alimentarios** (enero, Hospital Niño Jesús), en la que distintos expertos presentaron y analizaron aspectos relacionados con el tratamiento nutricional y farmacológico, además de otras cuestiones como las psicoterapias específicas, la distorsión de la imagen corporal y las intervenciones terapéuticas grupales.
- ✓ **Educación Nutricional en los Trastornos de la Conducta Alimentaria** (febrero, hospital La Paz), con el objetivo de enfatizar la importancia de la educación y el soporte nutricional en el contexto de tratamiento interdisciplinar de los pacientes que sufren anorexia o bulimia. Durante la misma se presentó el libro "Manual teórico práctico de educación nutricional en trastornos de la conducta alimentaria. Reaprendiendo a comer".
- ✓ **Modelos de Prevención de los Trastornos del Comportamiento Alimentario** (octubre, Hospital Infanta Leonor), para dar a conocer el Programa Integral de Prevención de los Trastornos de la Conducta Alimentaria desarrollado por

este centro en coordinación con los centros de Atención Primaria y los centros Madrid Salud de los distritos de Villa y Puente de Vallecas, así como los resultados preliminares de esta línea de trabajo.

Por otra parte, el **Servicio Madrileño de Salud** colabora en el **Máster Universitario en Trastornos del Comportamiento Alimentario y Obesidad de la Universidad Europea de Madrid** que, con una finalidad profesionalizante e investigadora, tiene el objetivo de proporcionar los conocimientos técnicos que fundamentan la práctica clínica y el abordaje terapéutico de los TCA, preparando a los estudiantes como **especialistas en el diagnóstico y tratamiento de los trastornos alimentarios**, en contextos clínicos, centros de atención primaria, unidades ambulatorias y hospitalarias.

Para contribuir a la formación de especialistas, numerosos **profesionales** de distintas unidades de atención y tratamiento de la red asistencial de TCA **del Servicio Madrileño de Salud** forman parte del cuadro de **docentes** de este Máster y se han puesto a disposición de la Universidad las **unidades de los hospitales Niño Jesús y Santa Cristina para** que los futuros especialistas realicen las **prácticas clínicas**.

En el ámbito de la **Atención Primaria**, los **profesionales de los Centros de Salud** han impartido distintos **Talleres de Educación para la Salud**, en los que se trabaja con **menores de entre los 6 a 11 años y con sus padres y madres**, sobre las temáticas:

- ✓ **alimentación y hábitos saludables,**
- ✓ **anorexia y bulimia,**
- ✓ **promoción de hábitos saludables en alimentación,**

✓ **prevención de la obesidad y alimentación adecuada.**

Estos talleres también se han realizado en centros educativos.

Profesionales del Servicio de Psiquiatría del Hospital Infanta Leonor han colaborado en la mejora de la **formación de los profesionales de los Centros de Salud** de los distritos de Vallecas sobre trastornos del comportamiento alimentario, con la finalidad de sensibilizar y ofrecer **herramientas para la detección precoz en las consultas** de atención primaria, así como definir los **circuitos de derivación para los casos detectados**.

En relación con los **talleres en centros educativos**, a finales de 2009 se pilotó un proyecto en el Instituto de Villa de Vallecas, que actualmente se está realizando **en cinco institutos** más del Distrito, **dirigidos a alumnos de 2º de ESO** (13-14 años).

También **profesionales sanitarios de Atención Primaria** continúan participando en el **proyecto de investigación "Trastornos Crónicos Alimentarios"**, promovido por la Sociedad de Enfermería Madrileña de Atención Primaria, en relación con la **identificación precoz** de estos desórdenes.

En el séptimo **Congreso Autonómico de SEMERGEN-Madrid**, celebrado en el mes de febrero de 2010, la **Sociedad de Médicos de Atención Primaria** incluyó una **Mesa Redonda** sobre "**Pacto Social de la Comunidad de Madrid contra los Trastornos del Comportamiento Alimentario: Anorexia y Bulimia**", en la que representantes de la citada asociación profesional, de la Consejería de Sanidad y de las asociaciones de pacientes, entre otros, evaluaron

la **importancia**, tanto del propio Pacto como **de las acciones desarrolladas** en cumplimiento del mismo.

La **red de atención** sanitaria del **Servicio Madrileño de Salud**, que dispone de **unidades ambulatorias y hospitalarias**, así como de **programas para menores y para adultos**, ha continuado dando cobertura a la demanda asistencial generada por los trastornos del comportamiento alimentario.

Esta red está integrada, entre otros, por los siguientes dispositivos:

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

Los distintos **dispositivos y niveles asistenciales** están **organizados** para proporcionar una **atención multidisciplinar y coordinada**, que implica la participación de los diferentes recursos sanitarios dependiendo del estado clínico o evolutivo del trastorno.

Se recogen a continuación datos de la **actividad asistencial** desarrollada durante 2010 por algunos de estos dispositivos.

HOSPITAL SANTA CRISTINA

Ha desarrollado un modelo de actuación y tratamiento con pacientes de larga evolución, he denominado "**Modelo Santa Cristina**", que aporta un cambio de tendencia en el proceso de recuperación, al facilitar el **incremento de la adherencia**, la **disminución de los ingresos**, **de las conductas auto-lesivas y de las tentativas de suicidio**.

En este modelo los conceptos de **flexibilidad, capacitación y resiliencia** ayudan a que muchos pacientes, que durante años se han mantenido en la cronicidad con un pronóstico totalmente desfavorable, inicien un proceso de **cambio hacia la recuperación**.

El **objetivo** primordial es conseguir que, a través de las decisiones informadas del paciente, se produzca un **tránsito desde el control externo** de sus cuidados **hasta el** despliegue de sus capacidades de **autocuidado**. Estos cuidados incluyen los aspectos médicos, nutricionales, psíquicos y relacionales necesarios para enfrentar su existencia de forma positiva y sin síntomas.

Para facilitar los beneficios del modelo de tratamiento y minimizar la oposición y resistencia de las pacientes, se ha establecido la **flexibilidad horaria** como otro elemento más de cambio terapéutico.

El horario se flexibiliza, durante los 3 primeros meses de estancia en la Unidad, **en aquellos pacientes cuya gravedad les impediría acudir de forma regular y se amplía cuando** su salud **requiere mayor contención** médica. El **paciente negocia con el equipo el número de horas** que acude a la unidad **y la franja horaria** en la que recibirá el tratamiento.

El **objetivo de la flexibilidad** horaria es **conseguir la adherencia al tratamiento de pacientes graves y de larga evolución**.

El **objetivo de la ampliación** horaria es **reducir el número de ingresos, las tentativas de suicidio y las autolesiones, y seguir el tratamiento en su entorno habitual**, mantenimiento de unos mínimos que permiten mantener el tratamiento en el domicilio facilitando la realización del tratamiento en toda su complejidad y duración, lo que lleva a **incrementar las probabilidades de recuperación**. De hecho, ha habido **pacientes que se han recuperado después de** más de **20 años de evolución**.

También el **Hospital de Día ha ampliado el número de horas de atención** a pacientes graves, con el fin de proporcionarles **mayores cuidados médicos, enfermeros, nutricionales y mayor contención** psicológica **en momentos de angustia**.

Esta Además de la actividad asistencial, esta unidad está realizando distintos **estudios sobre los factores que intervienen en la cronicidad** (**factores cognitivo-emocionales de la cronicidad, alteraciones de la imagen corporal, vulnerabilidad neurobiológica, afectación neuropsicológica**), para **facilitar la ruptura de la cronicidad y ayudar a la recuperación** de los pacientes.

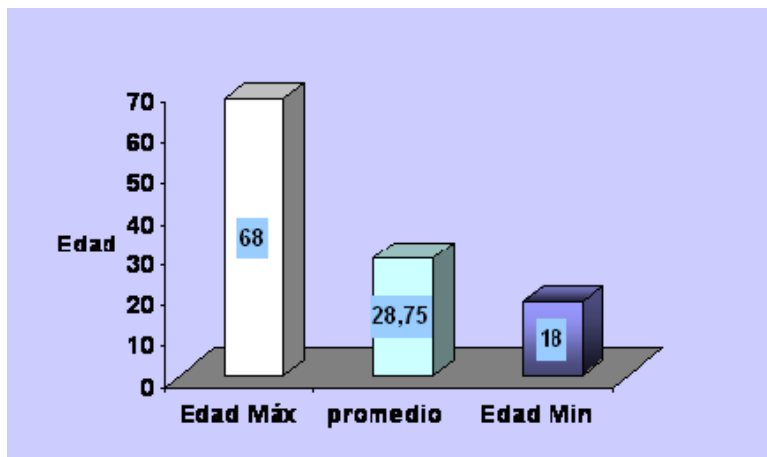
ACTIVIDAD HOSPITAL DE DÍA

	ACTIVIDAD GRUPAL	ACTIVIDAD INDIVIDUAL	
		PSICO	PSIQUI
Enero	505	135	138
Febrero	625	209	170
Marzo	718	205	433
Abril	728	191	358
Mayo	779	203	425
Junio	766	168	436
Julio	685	157	423
Agosto	437	125	172
Septiembre	728	191	358
Octubre	658	205	269
Noviembre	718	160	222
Diciembre	562	140	205
		2.089	3.607
	7.936	5.696	
TOTAL		13.632	

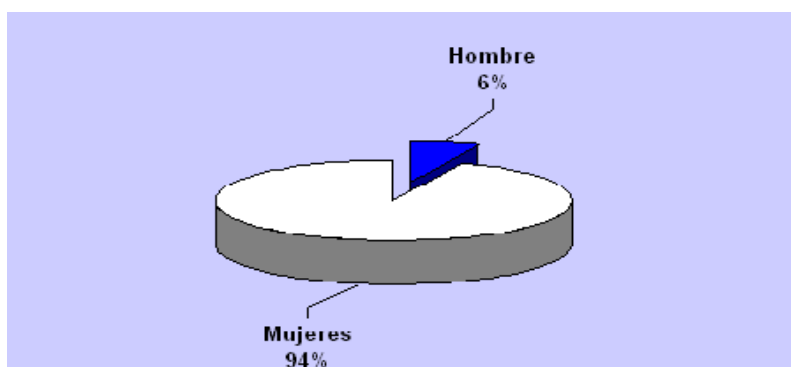
A lo largo de 2010 han sido derivados a la Unidad **85 pacientes nuevos** y han recibido **atención 182 pacientes**, de los cuales **67** recibieron tratamiento en el programa de **prevención de recaídas**.

TIPOLOGÍA DE LOS PACIENTES ATENDIDOS EN 2010

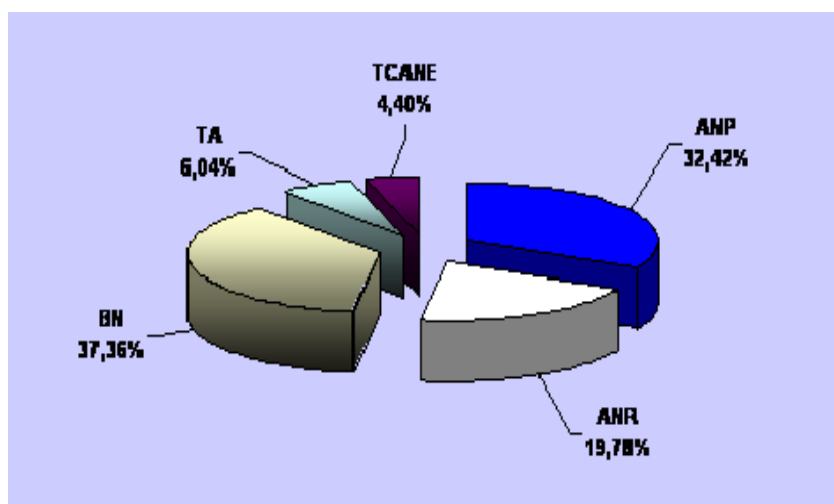
EDAD



SEXO



DIAGNÓSTICO



HOSPITAL DE MÓSTOLES

La Unidad de TCA, puesta en marcha en febrero de 2008, ofrece las siguientes **prestaciones**:

- ✓ **Consultas individuales:**
 - ✓ **Consulta individual de psicología.** Durante 2010 se han atendido **70 pacientes nuevas** y **1.209 revisiones**.
 - ✓ **Consulta individual de Psiquiatría.** Durante 2010 se han atendido **70 pacientes nuevas** y **1.334 revisiones**.
 - ✓ **Consulta de Endocrinología y Nutrición** (valoración nutricional, revisión y seguimiento, y elaboración de dietas personalizadas). Durante 2010 se han atendido **30 pacientes nuevas** y **285 revisiones**.

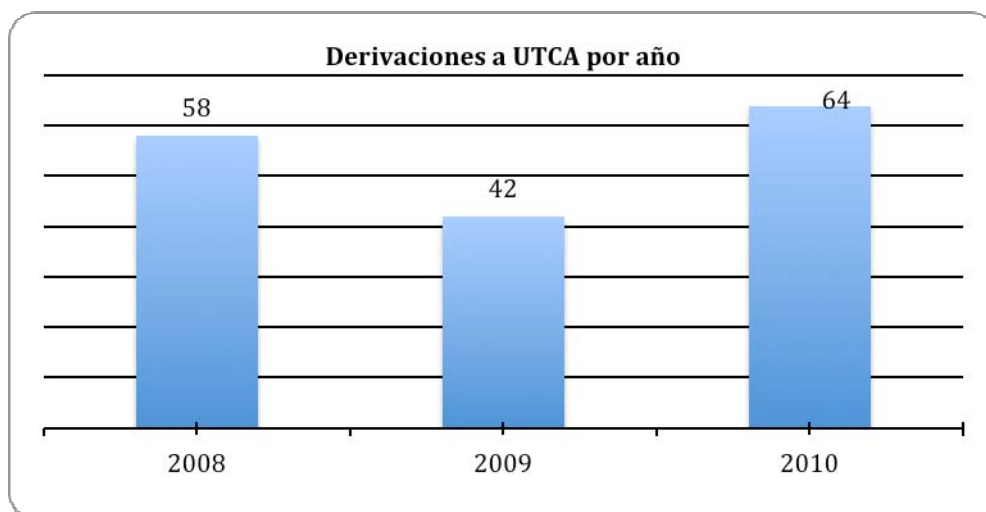
- ✓ **Tratamientos grupales:**
 - ✓ **Grupo de Relajación.** Se realiza con los pacientes que acuden al comedor terapéutico en horario de comidas. Durante 2010 se han realizado **36 grupos** de relajación.
 - ✓ **Grupo de Padres.** Durante 2010 se han realizado **40 grupos** de padres. En los últimos meses del año, debido a la demanda, ha sido necesario ampliar otro grupo de familias.
 - ✓ **Grupos de Psicoterapia.** Tienen un abordaje interpersonal y existen dos grupos, Psicoterapia I para menores de 30 años y Psicoterapia II para mayores de 30 años. Durante 2010 se han realizado **80 grupos** de psicoterapia.
 - ✓ **Grupo de Psicoeducación.** En ciclos de ocho sesiones por grupo. Durante el 2010 se han realizado **dos ciclos**.

- ✓ **Grupo de Educación Nutricional.** En ciclos de ocho sesiones por grupo. Durante 2010 se ha realizado **un ciclo**.
- ✓ **Grupo de Convivencia.** Es una actividad que realizan los pacientes que acuden al Comedor Terapéutico en horario de comidas con todo el equipo terapéutico. Durante 2010 se han realizado **12 grupos** de convivencia.
- ✓ **Seminario de Familias.** Trabajo grupal intensivo con los familiares de pacientes recién incorporados a la Unidad. Suele trabajarse en grupos de cuatro familias y se abordan aspectos generales de la enfermedad, significado del síntoma y manejo en momentos clave. Durante 2010 se han realizado **dos seminarios** de familias.
- ✓ **Comidas terapéuticas:**
 - ✓ **Comedor terapéutico.** En horario de comidas y meriendas proporciona el ambiente necesario para la reeducación alimentaria, normalización de la comida en tiempo, lugar, contenido, cantidad, periodicidad y duración. Se indica la asistencia al comedor terapéutico a aquellos pacientes que presentan alteraciones más marcadas en la realización de las comidas, que generalmente provocan un mayor conflicto en el ambiente familiar. Suele tratarse de pacientes con sintomatología predominantemente restrictiva, que presentan desnutrición. Durante 2010, **20 pacientes** han asistido al comedor terapéutico **en horario de comidas y meriendas**, **2** únicamente **en horario de comidas** y **3** únicamente **en horario de meriendas**.
 - ✓ **Comidas Extrahospitalarias.** Forma parte del programa de normalización de la alimentación e incluye comidas en restaurante para cubrir los problemas que algunas pacientes

tienen para comer en público. Durante 2010 se han realizado **3 comidas extrahospitalarias** y **10 meriendas extrahospitalarias**, que las pacientes y los terapeutas han realizado en cafeterías y restaurantes.

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

En **2010** se han recibido **64 derivaciones** que, sumadas a las que se produjeron desde su apertura en 2008, hacen un **total de 164 derivaciones** hasta diciembre de 2010.



Además de las derivaciones desde los Centros de Salud Mental y Unidades de Hospitalización Breve, se han recibido derivaciones desde el Hospital Niño Jesús y desde el Hospital de Día de TCA del Hospital Santa Cristina.

DERIVACIONES 2010

CENTRO	DERIVACIONES
CSM Móstoles	23
CSM Alcorcón	9
CSM Navalcarnero	3
CSM Parla	2
Hospital Fundación Alcorcón	2
CSM Getafe	3
CSM Fuenlabrada	5
Hospital de Móstoles	5
CSM Leganés	2
Hospital Niño Jesus	5
Hospital Ramon y Cajal	1
Hospital Santa Cristina	1
Otras áreas y Atención Primaria	3
Total	64

A lo largo del año 2010 se han dado **31 altas** en la Unidad.

En este momento existen cuatro **líneas de investigación** abiertas:

- ✓ **Telemedicina en el tratamiento de mantenimiento** en pacientes con trastornos alimentarios.
- ✓ **Evaluación del uso de** registros en **vídeo** para el afrontamiento de alteraciones de la conducta alimentaria **en comedor terapéutico**.
- ✓ **Relación de síntomas alimentarios con** esquemas de personalidad, concretamente **impulsividad**.

- ✓ Estudio de los **cambios clínicos y** en las **pruebas psicométricas del tratamiento grupal** (grupo de psicoeducación y de psicoterapia).

HOSPITAL LA PAZ

El **Programa de TCA de la Unidad Asistencial de Psiquiatría y Salud Mental**, incluye las siguientes prestaciones:

- ✓ **Psicoterapia de grupo de pacientes de larga evolución.** Con frecuencia **semanal**, acuden de **10 a 12 personas**.
- ✓ **Grupo de familiares.** Con frecuencia **semanal**, acuden entre **8 y 10 familiares cada semana**.
- ✓ **Taller de imagen corporal.** Con una duración de dos meses, ocho sesiones y frecuencia semanal, en 2010 se han desarrollado **dos ediciones**, con **10 participantes cada una** de ellas.
- ✓ **Psicoterapia de grupo para pacientes con diagnóstico de Trastorno por Atracón.** Duración dos meses, ocho sesiones y frecuencia semanal, en 2010 se han desarrollado **dos ediciones**, con **10 participantes cada una** de ellas.

Los **Centros de Salud Mental** son los responsables del **tratamiento individual combinado psicoterapéutico y psicofarmacológico** de las pacientes. No contamos con el número exacto de pacientes atendidas.

En la **Unidad de Hospitalización** se han **ingresado a 10 pacientes** a lo largo del año 2010.

Se ha elaborado el plan funcional para un **Comedor Terapéutico**, cuya puesta en funcionamiento está prevista próximamente.

Además de lo anterior, el **Servicio de Nutrición Clínica y Dietética** del Hospital desarrolla un **programa terapéutico multidisciplinar para trastornos del comportamiento alimentario**.

El programa, del que es un elemento **clave la educación y el soporte nutricional**, incluye actividades de prevención, diagnóstico y tratamiento, y persigue instaurar un **adecuado estado nutricional**, con una **alimentación organizada, equilibrada y suficiente que evite complicaciones y prevenga recaídas**.

Además de la educación nutricional, las **modalidades de tratamiento** incluyen la **atención en consulta externa**, en **hospital de día** o en régimen de **hospitalización**. En este último caso, el tratamiento contempla las fases terapéuticas de inicio o **resolución de la patología aguda**, de **estabilización**, de **transición** y de **preparación al alta**. El programa se complementa con **grupos psicoeducativos**, tanto **para pacientes** como **para familiares**.

La experiencia acumulada y los resultados de este programa indujeron la publicación del **"Manual Teórico Práctico de Educación Nutricional en Trastornos de la Conducta Alimentaria. Reaprendiendo a comer"**, dirigido a profesionales de la salud involucrados en el abordaje de estos trastornos.

En páginas 11 y 12 se recoge más información sobre el Programa y el Manual.

HOSPITAL INFANTA LEONOR

El Servicio de Psiquiatría del centro desarrolla un **Programa Integral de los Trastornos de la Conducta Alimentaria** cuyos objetivos son:

- ✓ **Actualizar la formación en habilidades y competencias clínicas de los profesionales de Atención Primaria** (pediatras, médicos de familia y personal de enfermería) en relación a las alteraciones y trastornos de la conducta alimentaria, para **mejorar su detección y diagnóstico precoz**.
- ✓ **Identificar** sujetos en **riesgo de padecer un TCA**, para poder **intervenir de manera precoz**.
- ✓ **Identificar factores de riesgo** sobre los que se pueda **planificar** un modelo de **prevención primaria**.
- ✓ **Fomentar** en los adolescentes una **visión crítica de la presión** de los medios de comunicación **hacia** valores como **la delgadez, aumentar la autoestima, disminuir el perfeccionismo exagerado y conseguir cambios** en la actitud y **hábitos de alimentación y ejercicio saludables**, para **reducir la incidencia** de trastornos de la conducta alimentaria.
- ✓ **Sensibilizar al profesorado en** la promoción de la salud y la **prevención** de los trastornos alimentarios **desde edades tempranas, ampliando conocimientos y actitudes positivas sobre nutrición y alimentación saludable** entre los adolescentes, fomentando capacidades personales como la autoestima.

En relación con los anteriores objetivos, se han realizado **21 talleres** y **formado a 172 profesionales** de Atención Primaria.

Cada taller, con una duración de 5 horas, incluye entre sus contenidos la **descripción de la sintomatología**, principales **factores de riesgo**, promoción de **alimentación saludable**, formación para una buena **entrevista en trastornos alimentarios**, **detección de posibles casos** y **actualización de** los distintos **recursos asistenciales** existentes.

Asimismo, se ha diseñado y puesto en marcha un **Programa de Psicoeducación para** los **alumnos de** los Institutos de **Educación Secundaria**. El programa consta de tres **talleres de prevención** de trastornos de la conducta alimentaria, divididos en los siguientes bloques temáticos, seleccionados entre aquellos que han sido identificados como **factores de riesgo** para el desarrollo de un TCA:

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

En una primera fase, los **talleres** que son **semanales** y tienen una duración de **50 minutos**, se han llevado a cabo en el **segundo curso de ESO** de **ocho Institutos de Vallecas**, con una participación de **597 alumnos**.

Igualmente se ha diseñado un programa específico para los profesionales que iban a impartir estos talleres en los Institutos de Educación Secundaria. En este caso, se han realizado **8 talleres de formación de formadores**, en los cuales han participado **42**

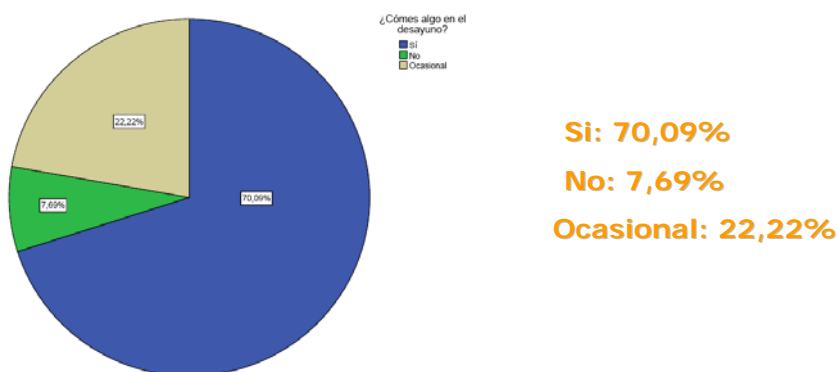
profesionales tanto de los centros de Atención Primaria como de los Centros Municipales de Salud.

Los **profesionales** que han sido **formados** en estos talleres refieren una **mejora en sus conocimientos, habilidades y competencias**, lo que implica una **mayor seguridad** a la hora de abordar este tipo de trastornos **en su práctica clínica** habitual, al tiempo que **facilita la identificación precoz y una mejor intervención**.

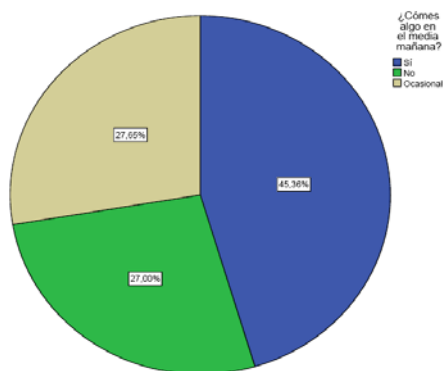
En relación con los **597 alumnos** que han participado en los **talleres de prevención** durante 2010, se han recogido **datos** sociodemográficos y otros específicos relacionados con los **factores de riesgo** para el desarrollo de un TCA, que permitan **identificar los factores** específicos que puedan **predecir la futura aparición** de estos trastornos.

Si bien no se han completado los análisis estadísticos correspondientes, se dispone ya de **resultados preliminares**, algunos de los cuales se presentan a continuación:

El **30%** de los alumnos **no desayuna** de manera habitual.



Un **55%** reconoce que habitualmente **no toma nada a media mañana**.

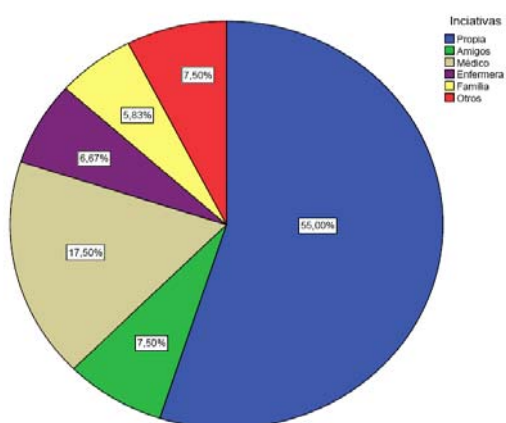


Si: 45,35%

No: 27,00%

Ocasional: 27.65%

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



Propia: 55,00%

Amigos: 7,50%

Médico: 17,50%

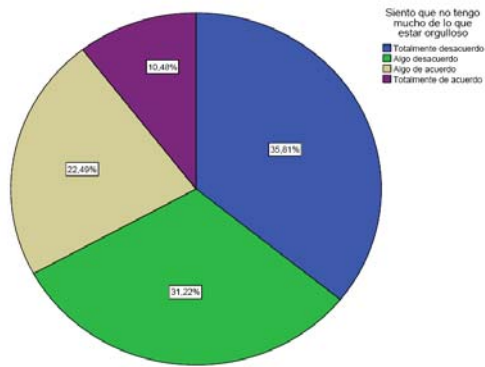
Enfermera: 6,67%

Familia: 5,83%

Otros: 7,50%

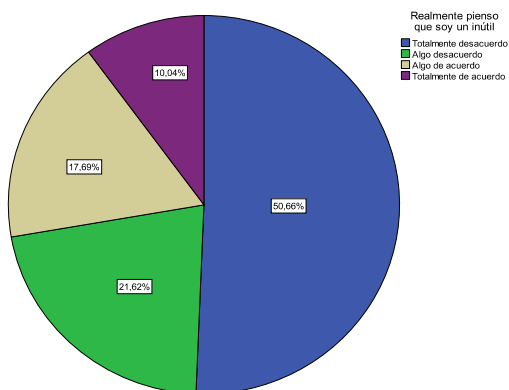
Un **48%** de los alumnos reconoce **no tener costumbres regulares en su alimentación** diaria. Un **21%** **ha ayunado** alguna vez durante **un día completo**. Un **70%** realiza **ejercicio físico** de forma **habitual** fuera del horario escolar.

En relación con la **autoestima**, un **33%** se muestra de acuerdo con la afirmación "Siento que **no tengo mucho de lo que estar orgulloso**".



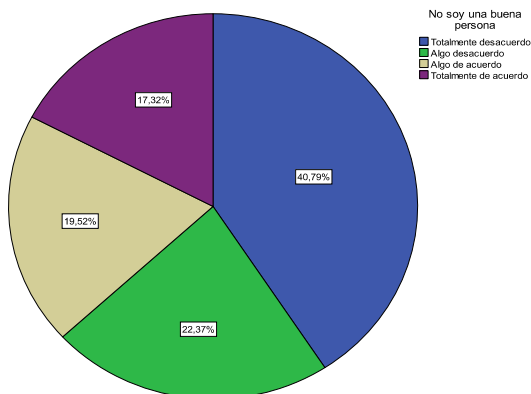
Totalmente en desacuerdo: 35,81%
Algo en desacuerdo: 31,22%
Algo de acuerdo: 22,49%
Totalmente de acuerdo: 10,48%

Un **27.73%** piensa que realmente es un inútil.



Totalmente en desacuerdo: 50,65%
Algo en desacuerdo: 21,62%
Algo de acuerdo: 17,69%
Totalmente de acuerdo: 10,04%

Un **36.84%** creen no ser buenas personas.



Totalmente en desacuerdo: 40,79%
Algo en desacuerdo: 22,37%
Algo de acuerdo: 19,52%
Totalmente de acuerdo: 17,32%

Respecto a la **publicidad y los medios de comunicación**:

- ✓ Un **22,86%** reconoce **mucha influencia de la publicidad y los modelos** en sus gustos y en la manera de comportarse (lo que compran, como se visten...).
- ✓ Un **40%** son **consumidores habituales de revistas de moda/belleza**.
- ✓ Un **27.90%** piensa en **quemar calorías** cuando hace ejercicio.
- ✓ Un **25,28%** está **preocupado por** la idea de **tener grasa** en el cuerpo.
- ✓ Un **12,58%** siente que **los alimentos controlan su vida**.
- ✓ A un **40%** la idea de **engordar les aterroriza**.

HOSPITAL NIÑO JESÚS

En **1992** se crea esta **unidad pionera** y se pone en marcha el **Programa de Trastornos de Comportamiento Alimentario** para el tratamiento específico de estas patologías.

Lo que empezó siendo una discreta unidad con tres camas de hospitalización y un grupo de terapia semanal, es hoy una unidad con **hospital de día, tratamiento ambulatorio en consultas** externas, **ingreso hospitalario**, y módulos de **terapias grupales para padres y pacientes**.

La **ampliación de instalaciones en 2007** permitió **duplicar** el número de **plazas de hospital de día**, que actualmente está organizado en **dos turnos** de pacientes, diferenciados por edades.

Los pacientes ingresados y los que acuden al hospital de día, además del **tratamiento médico**, son atendidos por **profesores de Primaria y Secundaria**, reciben clases de **arte-terapia**, realizan **actividades lúdicas** y aprenden **habilidades psicológicas** con profesionales de enfermería y voluntarios que colaboran en esta actividad.

En la actualidad, además de mantener una **intensa actividad asistencial**, tiene en marcha varios **proyectos de investigación** destinados a **mejorar el conocimiento** de este tipo de patologías, de los **resultados de las terapias tradicionales y de otras nuevas** con las que se podrían mejorar.

ACTIVIDAD 2010

Solicitudes de primera consulta	264
Citas programadas de primera consulta	218
Vistos con cita de primera consulta	173
Vistos sin cita de primera consulta	26
Altas con TCA como motivo principal de ingreso	134 (38,72 % de ingresos totales en Psiquiatría)
Altas con TCA como motivo principal o secundario de ingreso	157 (45.37% de ingresos totales en Psiquiatría)

HOSPITAL GREGORIO MARAÑÓN

ACTIVIDAD 2010

Psiquiatría - Nuevos	107
Psiquiatría - Revisiones CTCA.	984
Psiquiatría - Revisiones HDIM/TIM	273
Psiquiatría - Pacientes Grupo	51
Psiquiatría - Total Sesiones	1.415
Psicología Clínica - Revisiones	745
Psicología Clínica - Familias Grupo	71
Psicología Clínica - Pacientes Grupo	138
Psicología Clínica - Total Sesiones	933
Enfermería - Valoraciones iniciales	107
Enfermería - Valoraciones periódicas	1.238
Enfermería - Protocolo analíticas	106
Enfermería - Analíticas control	101
Total intervenciones individuales	3.454
Total intervenciones grupales	260
Total intervenciones	3.714

HOSPITAL RAMÓN Y CAJAL

Ingresos en 2010	14
Altas en 2010	11
Ingresos desde mayo 2008	46
Edad media de los pacientes	26,1 años
Estancia media	50,28 días

Actualmente, y complementando las estrategias anteriores, dos días a la semana se realizan **Grupos de Terapia** centrada en la **educación y la promoción de autocuidados**, a los que acuden **pacientes** que ya han sido dados **de alta**. Asimismo, todos los días de la semana se realizan sesiones de **Terapia Ocupacional**.

HOSPITAL CLÍNICO SAN CARLOS

ACTIVIDAD 2010

Consultas TCA **ADULTOS**

Primeras	50
-----------------	-----------

Sucesivas	307
------------------	------------

Consultas TCA **INFANTO-JUVENIL**

Primeras	47
-----------------	-----------

Sucesivas	116
------------------	------------

Psicoterapia individual	63
--------------------------------	-----------

Hospital de Día Trastornos Personalidad y TCA

Grupo TCA Hospital de Día TP

Número pacientes de media/mes	9,0
--------------------------------------	------------

Número sesiones/año	89
----------------------------	-----------

Número asistencias/año	865
-------------------------------	------------

Comedor Terapéutico

Número pacientes de media/mes	2
--------------------------------------	----------

Número sesiones/año	71
----------------------------	-----------

Número asistencias/año	189
-------------------------------	------------

Además de la actividad asistencial, los hospitales del Servicio Madrileño de Salud están desarrollando diversas **líneas de investigación en** el ámbito de los **trastornos del comportamiento alimentario**.

Las evidencias disponibles, sugieren que los actuales tratamientos de los trastornos de la conducta alimentaria consiguen mejorías que no superan el 70% de las pacientes y, de éstas, alrededor del 20% mantienen síntomas que las hacen muy vulnerables a las recaídas. El 25-30% restante sigue un curso crónico y las pacientes permanecen atrapadas en la patología, lo que supone un gran coste personal, social y económico.

Uno de los **factores con mayor peso**, tanto **en la resistencia al cambio** como **en la predisposición** a este tipo de trastornos, **son las alteraciones de la imagen corporal**.

En este contexto, el equipo de la Unidad de Trastornos del Comportamiento Alimentario del Hospital Santa Cristina, en colaboración con el Instituto de Nutrición y Trastornos Alimentarios de la Comunidad de Madrid, el Servicio de Psiquiatría del Hospital 12 de Octubre y la Unidad de Investigación del Hospital Gregorio Marañón, han iniciado el **proyecto de investigación "Correlatos neurobiológicos de las alteraciones de la imagen corporal en pacientes con anorexia-bulimia"**, cuyo objetivo es:

- ✓ poner de manifiesto la existencia de un **sesgo atencional hacia la imagen corporal y sus correlatos neurobiológicos**, mediante la utilización de una técnica de evaluación del proceso neurocognitivo no invasiva,

- ✓ y dilucidar si este sesgo se produce por el **impulso hacia la delgadez** (circuito cerebral del refuerzo alterado) o por **evitación de la gordura** (circuito cerebral de la ansiedad).

Esta investigación se incluye dentro del marco general de las investigaciones que se están realizando en diversos países, entre ellos, Inglaterra, Estados Unidos, Noruega, Suecia, Italia y otros, por los estudiosos de estas patologías, especialmente de la anorexia nerviosa.