

# ACAB

## Associació contra l'anorèxia i la bulímia

### Memòria 2010



Associació contra l'Anorèxia i la Bulímia

# ACAB

L'ACAB va néixer l'any 1991 gràcies a un grup de mares i pares que van decidir unir-se per donar a conèixer els trastorns de comportament alimentari (anorèxia, bulímia i trastorn per afartaments – obesitat), les conseqüències i riscos que aquests comporten i alhora, vetllar perquè les persones afectades gaudissin de l'atenció sanitària i social a la qual tenen dret. Després de 20 anys, el nostre objectiu segueix essent atendre i acompanyar a aquestes persones i a les seves famílies durant el procés i evolució de la malaltia a través dels diferents programes que oferim.

Programa d'informació i ajuda

Programa d'acollides i acompanyament

Programa de sensibilització

## 1. Programa d'informació i ajuda

Aquest programa té com a objectiu facilitar a familiars i afectats/des tota aquella informació referent als trastorns de comportament alimentari així com orientació i assessorament a través de diferents accions:

### 1 Servei d'atenció immediata

En el darrer any s'ha implantat aquest servei com a un primer contacte que estableix la persona interessada amb l'Associació. S'ofereix atenció telefònica tots els dies de la setmana, en horari de dilluns a dijous de 9h a 14h i de 15h a 21h, i de 9h a 14h els divendres, facilitant així la informació necessària i una resposta immediata.

### 1 Sessions informatives

Van dirigides als familiars de persones afectades i es duen a terme trimestralment mitjançant l'equip d'especialistes en trastorns del comportament alimentari de l'ACAB. En aquestes, s'aprofundeix en aspectes que poden portar a una millor comprensió de la malaltia, a millorar les relacions amb la persona afectada i per tant, a aconseguir un millor pronòstic de recuperació.

### 1 Conferències i xerrades

En aquest espai s'ofereixen dades d'interès sobre aspectes relacionats amb la malaltia i temes d'interès social general com ara avenços en els tractaments, noves vies d'investigació, causes i riscos dels trastorns del comportament alimentari o imatge i societat.

Respecte l'any 2009, hi ha hagut un augment del 23% en el número d'atencions.

— S'han realitzat 630 accions psicoeducatives de prevenció a les escoles públiques, concertades i privades de Catalunya.

— Hem fet 7 sessions informatives i de discussió de casos a diverses localitats de tot Catalunya a les que han assistit 58 familiars de persones afectades.

— Durant aquest any s'han fet les següents conferències:

Dr. Abel Mariné: Nous propòsits pel nou any: fer dieta?

Maria Cuesta: Presentació del seu llibre, La meva anorèxia.

Dr. Robert Roche: Comunicació de qualitat prosocial: una eina eficaç per millorar les nostres relacions.

## 2. Programa d'acollides i acompanyament

El programa d'acollides i acompanyament va dirigit a famílies i persones afectades i té com a objectiu principal minvar l'angoixa i preocupació que aquest tipus de malaltia comporta, així com aportar-los pautes per a la millora de la seva qualitat de vida.

### 1 Acollides

En les acollides s'ofereix una orientació prediagnòstica així com les diferents opcions i recursos dels que es poden disposar. L'acollida es realitza telefònicament, on-line o presencialment i en totes les ocasions l'atenció es caracteritza per la confidencialitat, la seguretat i la responsabilitat mitjançant l'acompanyament d'un professional expert en trastorns de comportament alimentari.

Durant l'any 2010 hem realitzat: 332 acollides on-line, 543 acollides telefòniques i 257 entrevistes.

### 1 Grup d'ajuda mútua per a familiars i Grup de suport per a persones afectades

A través del grup d'ajuda mútua i del grup de suport per a familiars i per a persones afectades, es realitza un acompanyament individual i grupal als familiars i malalts de manera setmanal.

En el grup de pares s'alterna la conducció del grup entre un dinamitzador voluntari pare/mare i un professional de l'ACAB especialista en trastorns del comportament alimentari. Els integrants del grup es reuneixen de manera voluntària per ajudar-se mútuament i arribar a una millor comprensió i actuació davant la malaltia.

D'altra banda, el grup per a persones afectades és conduït per a una professional de l'ACAB especialista en trastorns del comportament alimentari. Es treballa el reforç dels aspectes considerats clau per a l'inici, manteniment i finalització d'un tractament especialitzat, com són: la consciència de malaltia, la motivació pel canvi i la recuperació de les relacions socials i les activitats del dia a dia.

### 1 Detecció precoç

Fruït de les intervencions educatives a les escoles s'ha possibilitat la detecció precoç de casos que han estat atesos i els hem orientat per a obtenir un ràpid diagnòstic i un tractament especialitzat des del sistema català de salut.

**Durant el 2010 en el marc d'aquest programa:**

S'han acollit i acompanyat a 1132 persones.

El Grup d'ajuda mútua per a familiars ha tingut una mitja de 10 assistents i hi han passat 50 pares i mares.

72 persones afectades han assistit a les sessions grupals amb una mitja d'estada al programa de 10 sessions.

### 3. Programa de sensibilització

Aquest programa intenta informar i conscienciar a la societat i als poders públics de les causes, riscos i conseqüències dels trastorns de la conducta alimentària per tal de minvar, en la mesura del possible, tots aquells factors socials que propicien l'inici de conductes de risc o bé poden influir en el manteniment de la malaltia. Les diferents actuacions que es duen a terme es recullen i publiquen a la pàgina web de l'ACAB.

Durant l'any 2010 s'han realitzat diverses actuacions.

#### 1 Baròmetre de l'assistència sanitària especialitzada en trastorns del comportament alimentari

Es tracta d'una eina d'anàlisi per tal de conèixer els punts forts i febles de l'atenció sanitària als trastorns del comportament alimentari, detectar necessitats i ajudar a millorar-la. Això ens permet comunicar a les autoritats sanitàries la informació que disposem i també donar una informació més acurada i específica a les famílies i malalts a qui orientem.

#### 1 Estudi sobre la qualitat d'internet i els TCA

L'any 2006, el Departament de Salut, l'Agència de Qualitat d'Internet i l'ACAB, van signar un conveni de col·laboració del qual ha sorgit un estudi sobre la qualitat d'internet i els TCA. La finalitat de l'estudi ha estat advertir a la societat del perill que suposen algunes pàgines web, lluitar contra els seus continguts i fomentar la qualitat de la xarxa impulsant mecanismes d'informació a l'usuari i de control d'aquells continguts que puguin ser nocius per a les persones que pateixen TCA.

#### 1 Denúncia del sistema actual de talles i la relació amb els TCA

Davant la pròrroga anunciada per la unificació de talles de roba a Espanya, ACAB està portant a terme una campanya per defensar els drets dels consumidors a una talla justa i es demana a la societat que denunciï i reclami l'homogeneïtat de les talles.

#### 1 Millora de la pàgina web i creació d'un bloc per a famílies

L'emergència de les noves tecnologies i les possibilitats que ens ofereix actualment internet, ens ha impulsat a millorar la pàgina web d'ACAB així com a crear un espai virtual per acompanyar a les famílies.

La pàgina web d'ACAB ([www.acab.org](http://www.acab.org)) consta de diferents apartats on trobar informació necessària sobre la malaltia, recursos sanitaris, prevenció en l'àmbit escolar, possibilitat de fer denúncia de pàgines web d'apologia de l'anorèxia i la bulímia, i informació sobre ACAB i els seus serveis. El bloc (<http://blocs.xarxanet.org/acab/>) és un espai per a compartir amb les famílies i entre les famílies el que implica tenir un fill o filla malalt/a d'un trastorn com l'anorèxia o la bulímia nervioses.

— Es detecten d'1 a 2 casos en els tallers educatius amb alumnes de secundària de les escoles que participen en el Programa de prevenció de l'ACAB i Fundació IMA.

— Durant el 2010 la pàgina web d'ACAB ha rebut un total de 1.114.495 consultes.

— A través de l'estudi sobre la qualitat d'internet i els TCA, s'ha aconseguit tancar el 50% de les pàgines que fan apologia dels trastorns de conducta alimentària denunciades pels usuaris.

— Augment de la demanda d'ajuda i de tractament de persones adultes. El 62% de les entrevistes realitzades per ACAB l'any 2010 han estat amb dones adultes.

### Publicacions i documentació

#### 1 Publicacions: Butlletí el Mirall

Trimestralment ACAB publica el butlletí El Mirall on es poden trobar notícies i articles d'interès sobre la malaltia i altres temes relacionats.

#### 1 Llibre de recursos

És una eina creada a l'ACAB on hi consten tots els recursos disponibles en relació als trastorns de comportament alimentari a nivell estatal i més específicament a nivell autonòmic i que periòdicament és actualitzat.

#### 1 Biblioteca i centre de documentació especialitzat

ACAB disposa d'un fons documental amb més 600 llibres i 500 articles sobre documentació especialitzada en trastorns de comportament alimentari que està a disposició de qualsevol persona que ho sol·liciti.

Actualment qui més ús en fa són estudiants que es troben realitzant el treball de recerca de final de curs.

**Hem detectat un 26% de casos (8 de 31 durant l'any 2010) de trastorns de comportament alimentari entre els estudiants que acudeixen a l'ACAB per documentar-se a l'hora de realitzar el treball de recerca.**

### Col·laboracions amb altres organitzacions

ACAB forma part de la Federació Espanyola d'Associacions Contra l'Anorèxia i la Bulímia (FEACAB), de la Federació Catalana del Voluntariat Social i del Forum Català de Pacients. Es coordina amb l'administració estatal, autonòmica i local així com amb les unitats de trastorns del comportament alimentari dels diferents hospitals catalans.

ACAB col·labora amb universitats (Universitat de Barcelona, la Universitat Autònoma de Barcelona, la Universitat Ramon Llull i la Universitat Oberta de Catalunya) i les organitzacions socials com Fundació IMA, Fundació Alicia o la Fundació Jaume Casademont. Igualment compta amb el suport de persones, i ens públics i privats compromesos en l'acció i objectius de l'ACAB.

### Finançament 2010

Ingressos		Despeses	
Quotes	9.310	Personal	75.891
Subvencions públiques	98.255	Projectes i serveis	67.991
Convenis i contractes	51.411	Amortitzacions	10.847
		Despeses financeres	1.346
<b>Total</b>	<b>158.976</b>	<b>Total</b>	<b>156.075</b>

### Equip humà

L'equip humà d'ACAB està format per una Directora, una Educadora Social, una Treballadora Social i una Psicòloga especialista en trastorns de la conducta alimentària, a més d'un equip de 30 voluntaris amb formació especialitzada i estudiants en pràctiques provinents de diferents disciplines de l'àmbit social i la gestió d'empreses.

# ACAB



Associació contra l'Anorèxia i la Bulímia

Mallorca 198 pral. 2a  
08036 Barcelona  
Tel 93 454 92 75  
Fax 93 323 33 67  
[acab@acab.org](mailto:acab@acab.org)  
[www.acab.org](http://www.acab.org)

Amb el suport i la col·laboració de:



**CX Catalunya**Caixa  
**Obra Social**