Associació contra
l'Anorèxia i la Bulímia

Memoria de actividades 2025

Associació contra
l'Anorèxia i la Bulímia

La protagonista de la portada es Ana Herraiz, recuperada de un TCA en primera persona y voluntaria de ACAB en el Servicio de Atención y testimonio en talleres de apoyo entre iguales.

Memoria de actividades 2025

Índice

	Carta del Presidente	6-7
1	Servicio de atención a las personas	8-13
2	Programa de prevención y promoción de la salud	14-17
3	Trabajo en marcha	18-19
4	Conferencias, artículos, charlas	20-21
5	Medios de comunicación	22-23
6	Cierre económico	24
7	Con el apoyo de	25
8	Equipo	26-27

CARTA DEL PRESIDENTE

2025 ha sido **un año de actividad constante para la Associació Contra l'Anorèxia i la Bulímia**. Hemos continuado atendiendo a personas afectadas por un trastorno de la conducta alimentaria y a sus familias, quienes conviven con una situación de sufrimiento intenso, incertidumbre y desgaste emocional.

Sabemos que detrás de cada caso existe una realidad compleja que impacta, no sólo en la persona afectada, sino en todo el entorno familiar. **Cuando una familia llega a nosotros, a menudo lo hace después de haber intentado sostener sola una situación que la supera**. Esa conciencia de lo que se vive en casa es lo que orienta nuestro trabajo.

A lo largo de este año hemos mantenido nuestro **compromiso con el acompañamiento, apoyo y orientación, así como con la prevención, la detección precoz y la sensibilización**. Lo hacemos desde la convicción de que es necesario actuar tanto cuando el trastorno ya está presente como antes de que se instale.

Esta tarea sólo es posible **gracias** al compromiso del **voluntariado**, del **equipo técnico** y de la **Junta Rectora**, así como del **apoyo de las socias y socios y de las administraciones, fundaciones, entidades y empresas que colaboran con nosotros**. Todo este apoyo, en cualquier forma, nos permite continuar.

Seguiremos trabajando con responsabilidad y constancia junto a las personas afectadas y sus familias.

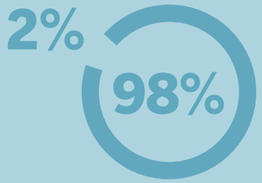
Atentamente,

Jaume Pagès Fita

Jaume Pagès Fita
President de l'ACAB

1 SERVICIO DE ATENCIÓN A LAS PERSONAS

Consultas:



En un **98%** de los casos la persona afectada es una **mujer**
En un 2% de los casos la persona afectada es un **hombre**

La **media de edad** de las personas afectadas es de **20 años**

Atención immediata

+ 4.000 beneficiarios

Hemos proporcionado **información, orientaciones de actuación, apoyo emocional y acompañamiento** a más de **4.000 beneficiarios**, especialmente familiares y personas adultas afectadas, que nos han solicitado ayuda **mediante**:

Acogidas
Llamadas
Correos electrónicos

Esta tarea esencial en la lucha contra los TCA es posible gracias a nuestro equipo técnico y a **21 voluntarios y voluntarias**, que cuentan con amplia experiencia y formación exhaustiva en estos trastornos.

1 Atención a las familias

Familias

+ 500 beneficiarias

Nuestras **actividades periódicas** han ayudado a más de **500 familias** en nuestro servicio de atención.

Hemos hecho **62 sesiones semanales** a lo largo de todo el año de los **grupos de apoyo psicosocial** para **compartir las emociones y experiencias** derivadas del TCA en casa con otras familias y **resolver las dudas** del día a día.

Se han llevado a cabo **15 formaciones** en 2025 orientadas a dotar a las personas cuidadoras de **pautas y estrategias** para **favorecer un buen pronóstico** en la persona afectada y **preservar el bienestar familiar**.

1 Atención a primera persona

Talleres mensuales

Personas que padecen un TCA

+ 250 atenciones

Hemos ofrecido acompañamiento y apoyo a más de **250 personas que sufren un trastorno de la conducta alimentaria** tanto a través de **acogidas y seguimientos** como de los **10 talleres de motivación y de ayuda mutua celebrados** en 2025, coordinados por nuestro equipo de **psicólogas del servicio de atención** y dinamizados por **personas voluntarias que lo han superado**.

30 posts en el **Blog "Amb llum pròpia"** con **experiencias de superación en primera persona.**

Nº Voluntarias del Blog: 18

2 PROGRAMA DE PREVENCIÓN DE LOS TCA Y PROMOCIÓN DE LA SALUD

ALUMNADO
318 talleres a **centros** de toda Cataluña: **+ 8.000 niñ@s y adolescentes**

FAMILIAS
18 charlas a **familias** con **+550 personas beneficiadas**

PROFESIONALES DEPARTAMENT D'EDUCACIÓ
9 formaciones a **+700 docentes**

Destacan:
4 Cápsulas de sensibilización a profesionales de la educación de 5 horas cada una
2 formaciones a profesionales de educación de 20 horas

AGÈNCIA DE SALUT PÚBLICA
3 ediciones de la formación de Salut i Escola de 8 horas

OTROS
14 formaciones a otros profesionales

Impacto en beneficiarios:
- + 8.000 niñ@s y adolescentes
- + 550 familiares
- + 700 profesionales

Objetivos

- Prevenir los TCA, especialmente entre la franja de mayor riesgo, niñ@s, adolescentes y jóvenes
- Detectar posibles casos en las aulas y proporcionar asesoramiento sobre cómo actuar ante ellos
- Proporcionar formación y asesoramiento a familias, equipos de salud y equipos docentes.

¿Qué hemos hecho?

- Talleres para el alumnado: 318 **(+8.000 niñ@s y adolescentes)**
  - **El tresor més valuós**, **El mirall fantàstic** i **Amb el cos no s'hi juga a Primària** (ciclo inicial, medio y superior)
  - **M'agrado tal com sóc I** i **II** a ESO i CFGM
  - **T'agrada el que veus al mirall?** a Bachillerato y CFGS
- Charlas para familias: 18 **(+550 personas beneficiadas)**
  - **Alimenta l'autoestima dels teus fills i filles** a familias de Primaria
  - **El meu fill/a s'agrada? Prevenim l'anorèxia i la bulímia des de casa** a familias de Secundària
  - **Gestió dels sentiments i emocions a l'adolescència** a familias de Secundària.
- Formación para profesionales: **(700 beneficiados)**
  - **Salut i Escola** (Ag. de Salut Pública de Catalunya)
  - **Càpsules de sensibilització** (Dpt. Educació)

Hemos detectado una media de 1,5 casos posibles de TCA por cada grupo-clase

ACUERDOS Y COLABORACIONES

SEGUIMIENTO DEL PLAN DE MEJORA EN LA ATENCIÓN DE LOS TCA CON EL PARLAMENT DE CATALUNYA

ACAB, junto con Salut Mental de Catalunya, se han reunitdo con diputados de ERC, PSC, PP, del Parlament de Catalunya, para establecer **iniciativas centradas en la lucha contra el avance de los TCA**, en el marco del seguimiento del **Plan de Mejora en la atención de los TCA** presentado por el Departament de Salut en 2023.

ACUERDO CON SERUNION EDUCA

ACAB y SERUNION EDUCA, responsable de buena parte de comedores escolares de Cataluña, han firmado un **acuerdo que capacitará a los profesionales que acompañen al alumnado a la hora de comer**. Esta formación permitirá identificar las señales de alerta y promover una relación saludable con el cuerpo y la alimentación.

SENSIBILIZACIÓN A LA SOCIEDAD

Participación en podcast y programas divulgativos

A lo largo de 2025 **hemos impactado en miles de oyentes** con información necesaria y exhaustiva sobre los TCA, a través de una importante labor de divulgación y sensibilización en la sociedad desde los medios que tienen mayor impacto hoy en día.

El consultori

Hablando se entiende la mente

Lo-cura

Me he recuperado de un trastorno alimenticio grave

TAULA DE DIÀLEG PARA LA PREVENCIÓN DE LOS TRASTORNOS DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA

El trabajo conjunto con la Taula de Diàleg para la Prevención de los TCA ha permitido acordar criterios compartidos para evitar que las **estrategias de prevención de la obesidad y de los TCA** entren en conflicto. **El estigma del peso es un elemento central de este trabajo** porque perjudica a la salud, dificulta la comprensión y atención de las personas que tienen obesidad y puede favorecer la aparición de un TCA.

FEDERACIÓN ESPAÑOLA DE ASOCIACIONES CONTRA LA ANOREXIA Y LA BULIMIA

FEACAB: 2 reuniones y 1 encuentro de técnicos (celebrado a Burgos)

La Federación reúne a más de 20 asociaciones de todo el estado que comparten esfuerzos, intereses y proyectos, para multiplicar el impacto de la acción social y mediática de cada asociación.

La participación en el encuentro técnico de Burgos ha permitido **compartir buenas prácticas con asociaciones de todo el estado** y trasladar la perspectiva catalana al debate sobre el modelo de atención a los TCA a nivel nacional.

PLATAFORMA SOM SALUT 360 DE L'HOSPITAL SANT JOAN DE DÉU

SOM Salut: 8 reunions en línia i presencials

La colaboración como entidad de referencia Som Salut Mental 360 del Hospital Sant Joan de Déu en la plataforma **ha hecho accesible información rigurosa sobre TCA a miles de usuarios y familias** que buscan orientación online, ampliando nuestro impacto más allá de las personas que nos contactan directamente.

4 CONFERENCIAS, ARTÍCULOS, CHARLAS

Tras la asamblea ordinaria de socios y socias de ACAB, celebrada el 9 de abril, tuvo lugar un COLOQUIO en el que participaron diferentes expertos en la atención y acompañamiento, así como el testimonio de una familia.

- **Mònica Ribas Gironès**, responsable de Actuaciones de Apoyo a las familias. Departament Drets Socials i Inclusió.
- **Bàrbara Alcaide**, responsable del Servicio de atención a personas afectadas y familias de ACAB.
- **Esther Juan**, madre de una persona en proceso de recuperación de un TCA.

CONCLUSIONES ***LA FAMÍLIA: ¿QUÉ HACER CUANDO UN TCA ENTRA EN CASA?***

El papel de la familia es un pilar esencial en la recuperación, puesto que hoy en día "la terapia basada en el apoyo familiar es de las que obtienen mejores resultados", confirma Mònica Ribas.

Pese a las dificultades del camino, **las experiencias compartidas abren puertas a la esperanza**. Las familias que recibieron la ayuda y el acompañamiento de ACAB, como Esther Juan, recuerdan que, respecto a hace unos años, "se está avanzando muchísimo y se está sensibilizando a toda la sociedad desde estas asociaciones". **En este proceso, nadie debe caminar solo: los grupos de apoyo coordinados por Bárbara Alcaide, nacen precisamente por ser un refugio** donde "se genera una complicidad, una empatía, con mucho que compartir".

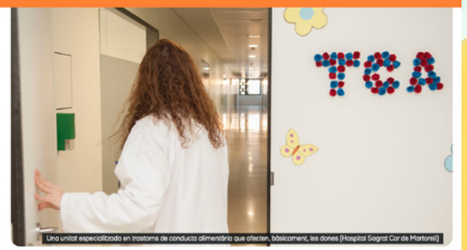
Las familias aprenden a acompañar mejor cuando reciben formación, puesto que las pautas les da una gran "tranquilidad" y seguridad. Estos espacios permite cambiar la perspectiva, aliviar la angustia y recordar que, **gracias a la unión de profesionales, familias y personas afectadas, la recuperación es posible** y "la tendencia es que va mejorando".

5 MEDIOS DE COMUNICACIÓN

Más de 40 apariciones en los medios de comunicación generando **miles de impactos** en **radio, televisión, prensa y formatos digitales**

3Cat

3cat info



Una unitat especialitzada en trastorns de conducta alimentària que afecten, bàsicament, les dones [Hospital Sagrat Cor de Martorell]

Els TCA, cada cop a edats més joves: "Hi ha un problema d'autoestima"

Aquest diumenge és el dia mundial contra els trastorns de la conducta alimentària, que bàsicament afecten dones i ara ja es detecten als 12 o 13 anys, quan abans de la covid era als 14 o 15

EixDiari

eix DIARI

HOSPITAL CLÍNIC

L'herència de la covid i el "factor" xarxes mantenen els trastorns alimentaris en màxims i amb pacients més joves

Les expertes atribueixen el rejoveniment dels casos a l'accés precoç als mòbils i l'increment de la "pressió estètica"

La Vanguardia

LA VANGUARDIA

TCA

Anorexia en menores de 12 años: "En seis meses perdió 18 kilos"

- Entre un 20 y un 30 % de los casos que atienden los hospitales son por debut precoz
- El origen precoz es multicausal: el adelanto de la pubertad, la influencia de las redes sociales, pero también tener un pensamiento divergente, así como situaciones de bullying

Bárbara acabó ingresada con 11 años en el hospital Niño Jesús de Madrid por un TCA (DANI DUCH)

RTVE

betevé

6 CIERRE ECONÓMICO

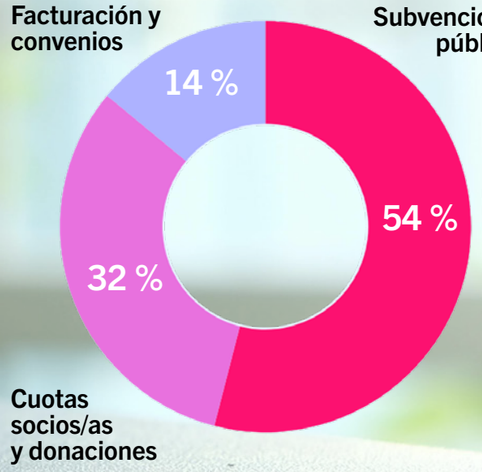
Equilibrio ingresos y gastos

La entidad ha cerrado el ejercicio con **resultado positivo**

Gastos	219.427,21 €
Ingresos	235.771,39 €

Origen de los ingresos

Diversificación de la financiación como indicador de solidez



En 2025 ACAB ha cerrado el ejercicio con resultado positivo, consolidando una estructura financiera equilibrada. Más de la mitad de los ingresos proceden de subvenciones públicas, mientras que las cuotas de socios y socias y las donaciones privadas representan un tercio de la financiación total, reflejando el compromiso de la ciudadanía con nuestra misión. El detalle completo de cuentas anuales es accesible en nuestra web.

7 CON EL APOYO DE

Generalitat de Catalunya

Fundació "la Caixa"

Diputació Barcelona

Fundació Josep Botet

Fundación Antoni Serra Santamans

Ajuntament de Barcelona

fundación arquia

Nada de lo que explica esta memoria habría sido posible sin la confianza y el compromiso de nuestros colaboradores. Cada soporte recibido hace posible nuestra misión.

8 EQUIPO

JUNTA RECTORA

Presidente honorífico
Ramon Guardia

Presidente
Jaume Pagès

Vicepresidente
Lluis Blanch

Secretaria
Olga Vidal

Vocales
Rosa Calvet, Feliu Formosa, Teia Plana, Teresa Raventòs i Cristina Ruiz

EQUIPO TÉCNICO

Directora General
Sara Bujalance

Responsables del Servicio de atención a familias y personas afectadas por un TCA
Bàrbara Alcaide, **psicóloga**
Àngels Girons, **coordinadora**

Comunicación y Relaciones Externas
Ainara Rivera

Coordinadora y psicóloga de Prevención y promoción de la salud
Anna Figuer

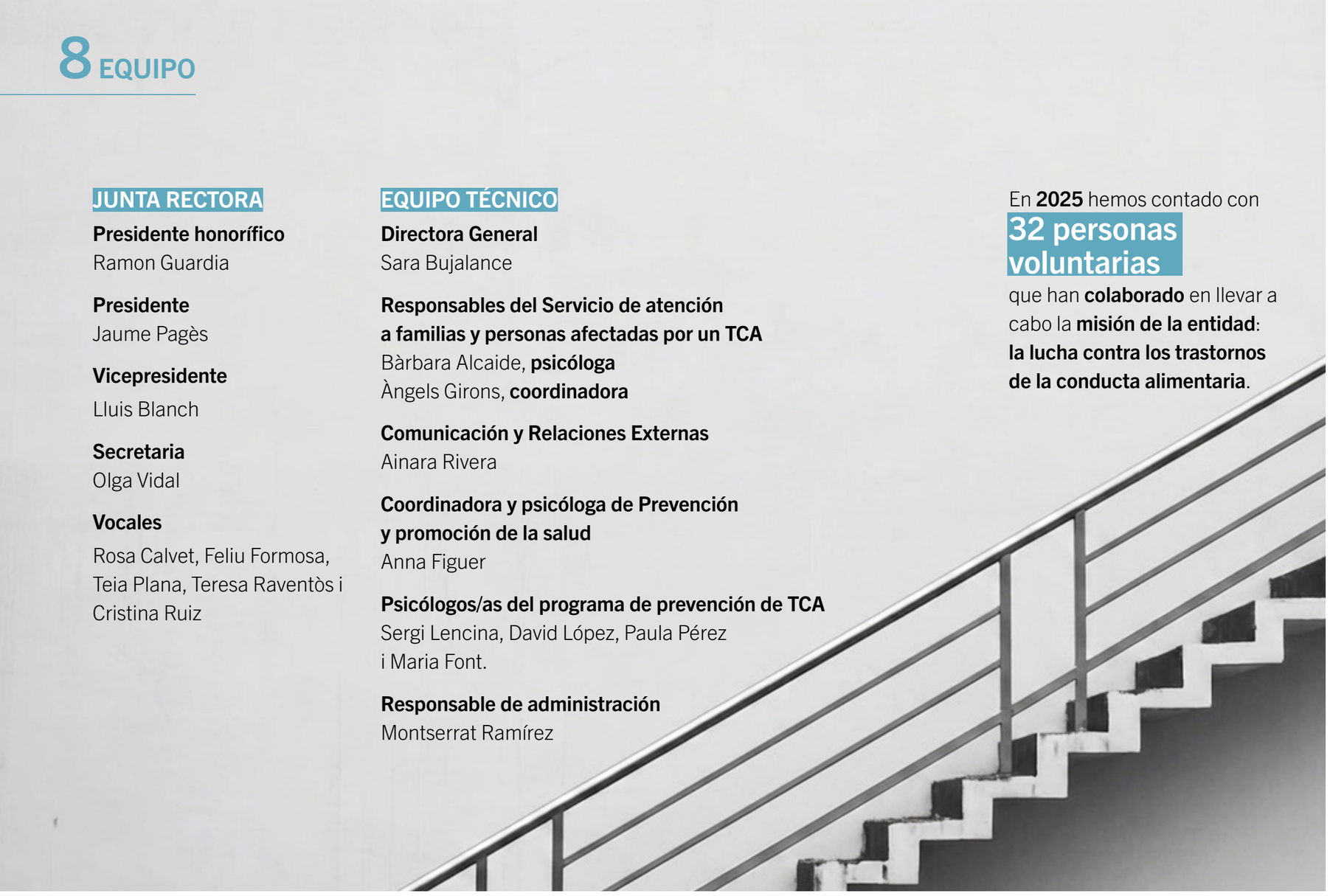
Psicólogos/as del programa de prevención de TCA
Sergi Lencina, David López, Paula Pérez i Maria Font.

Responsable de administración
Montserrat Ramírez

En **2025** hemos contado con

32 personas voluntarias

que han **colaborado** en llevar a cabo la **misión de la entidad**: **la lucha contra los trastornos de la conducta alimentaria**.



EQUIPO DE VOLUNTARIADO

Melodi Agustí
Imma Abad
Elisabete Ariztoy
Katia Benko
Montserrat Bernardo
Lluís Blanch
Maria Briones
Rosa Calvet
Jorgina Campo
Perla Delgado
Eduard Estatuet
Sonia Flores
Rosa García
M. Elisa Gautier
Àngels Girons
Anna Herraiz
Abraham Hidalgo
Elisabet Macaliff
Nuria Martin
Leire Martín
Flors Moreno
Carla Ojeda
Victòria Puertas
Cristina Ribera
Romina Romero
Imma Ros
Carme Sagrera
Montserrat Serra
Mireia Soler
Marta Vilademunt
Nuria Vilademunt
Carolina Vilella

Associació contra
l'Anorèxia i la Bulímia

L'Associació Contra l'Anorèxia i la Bulímia de Catalunya es una entidad no lucrativa declarada de utilidad pública el día 12 de julio de 2010.

C. Enric Granados, 135, 1º1ª
08008 Barcelona
93 454 91 09
www.acab.org
acab@acab.org

@AcabCatalunya
@acab_catalunya
Associació Contra l'Anorèxia i la Bulímia