



CONOCE NUESTRAS ASOCIACIONES



ASOCIACIÓN DE FAMILIARES DE PERSONAS CON ANOREXIA Y BULIMIA

¿QUÉ ES ADEFAB?

ADEFAB, es la Asociación de Familiares de personas con Anorexia y Bulimia. Surge de la iniciativa de varios familiares de afectados de Trastornos de la Conducta Alimentaria (TCA), ya que se sentían perdidos y angustiados.

OBJETIVOS

- Acoger, orientar, asesorar, acompañar a las familias de personas con TCA
- Atender y orientar a afectados
- Prevenir y detectar de forma precoz estos problemas.
- Concienciar a la sociedad en general sobre lo que hay detrás de estos trastornos y su gravedad.

SERVICIOS

Se realiza atención personalizada en la asociación:

- Telefónica (947 22 18 57)
- Por correo electrónico (adefabburgos@gmail.com).

ADEFAB cuenta con una CONSULTA DE PSICOLOGÍA para afectados y familiares:
CENTRO AVICENA
C/ Federico Martínez Varea nº29
Todos los martes de 16:30 a 20.30.

Para asistir a la consulta, es necesario pedir cita previa.

OTROS SERVICIOS

Los primeros y terceros lunes de mes, hay **reunión de padres, familiares y amigos en el local de la asociación para ayudar a comprender mejor el TCA**, desangustiar y proporcionar las pautas de actuación ante las conductas desadaptativas del afectado.

La tecnología nos parece una buena herramienta de comunicación, por ello tenemos **grupos de WhatsApp** tanto para familiares como para afectados. En ellos se envía información sobre las actividades de la asociación además de publicaciones y vídeos para aprender más sobre la enfermedad (documentales, noticias, testimonios de personas recuperadas, libros, etc.).

También se realizan **talleres de Prevención de los TCA en los Centros Educativos de Burgos** dirigidos a adolescentes y jóvenes a través de la Oferta Educativa Municipal "La Ciudad también enseña". Los Centros pueden solicitarlo a lo largo de todo el mes de septiembre.

Hemos formado a **profesores de primaria, secundaria y universitarios** puesto que a veces no saben qué hacer ante un alumno con TCA.

Tutorizamos las prácticas de alumnos de la Universidad de Burgos del Grado de Educación Social, Grado Superior de Integración Social y de Grado de Psicología de la Universidad Isabel I de Castilla.

Hacemos **charlas informativas** dirigidas a la ciudad de Burgos para concienciar y dar visibilidad de estos problemas.

¿QUÉ SON LOS TCA?

Los **TRASTORNOS DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA** son enfermedades mentales graves. Las personas que los sufren intentan solucionar sus problemas a través de su cuerpo y de la comida. **No se gustan, por lo que creen que nadie les puede querer. Piensan que controlando la comida y su cuerpo, llegarán a ser felices y serán aceptados por los demás.**

Socialmente, se suelen considerar problemas de chicas caprichosas que no quieren engordar, lo que estigmatiza este tipo de trastornos por considerarlo propio de personas superficiales.

Existen multitud de mitos respecto a los TCA, como por ejemplo que son trastornos de chicas, son personas delgadas, no quieren curarse, si lo sufren hombres éstos son homosexuales o que la culpa es de los padres.

Los Trastornos de la Conducta Alimentaria los sufren tanto chicas como chicos de distintas edades (infancia, adolescencia, juventud, vejez). Pueden tener diversos pesos. Sí quieren curarse, pero tienen un miedo enorme, por lo que les cuesta iniciar los cambios necesarios para la recuperación. La orientación sexual no es un factor de riesgo para desarrollar un TCA. Los TCA tienen un origen multicausal que le lleva a la persona a ser vulnerable a padecerlo. **Los padres son un pilar fundamental en la recuperación de sus hijos.**

Para poder ayudar a estas personas es necesario entender qué les ocurre sin juzgarles. Si hay algo de lo que se quejan los pacientes con TCA, es de sentirse incomprendidos lo que hace que lleven su sufrimiento en silencio en muchas ocasiones.

Es importante recordar que **sí se puede salir de un Trastorno Alimentario a pesar de que el tratamiento suele ser muy largo.**

El ponerse en manos de profesionales especializados en TCA cuanto antes, posibilita la recuperación más temprana del problema.

CONTACTA CON NOSOTROS

 **Twitter:** @ADEFAB BURGOS
@girlsrecovering

 **Facebook:** Adefab Burgos

Web: www.adefabburgos.com

Sede: C/ Jerez nº 13

09001 BURGOS

Teléfono: 947 22 18 57

Correo: adefabburgos@gmail.com



PROGRAMA SEMANA DE LA LUCHA CONTRA LOS TCA

26 DE NOVIEMBRE

DÍA DE PUERTAS ABIERTAS

ADEFAB: 10:00-13:00 y 17:00-20:00

18:30 "Mitos sobre lo que ves, compras, comes". Charla impartida por Centro UMAMI de Nutrición
Sede de ADEFAB, C/Jerez nº 13

28 DE NOVIEMBRE

10:00 -12:00 Visita de ADEFAB a los alumnos de 2º de Educación Social UBU. Salón de actos de la facultad de educación de 10 a 12.

20:00 Conferencia, "La Psicología hoy ¿Qué puede hacer por ti: "Mitos y realidades en los Trastornos Alimentarios", Mª del Mar Herrero Hernando, Teatro Polisón.

29 DE NOVIEMBRE

10:00-13:00 Mesa informativa en la Facultad de Educación
C/Villadiego s/n

19:00 Conferencia, "Libérate".
Ponente: María Casas, coordinadora de UETCA en Méjico.

Conferencia "¿Qué es ADEFAB?"
Ponente: Mª del Mar Herrero Hernando, psicóloga colaboradora de ADEFAB.
Presenta: Mª Ángeles Martínez Martín, Decana de la Facultad de Ciencias de la Salud.
Salón de actos de la Facultad de Ciencias de la Salud.
Paseo Comendadores s/n

30 DE NOVIEMBRE

**DÍA INTERNACIONAL DE LA
LUCHA CONTRA LOS TCA**

18:00-24:00 Iluminación del Arco de Santa María.

ORGANIZA: UBU y ADEFAB
COLABORA: UMAMI, COPCYL, COF, Ayuntamiento de Burgos

