



UNAF (Unión de Asociaciones Familiares)  
C/ Alberto Aguilera,3 -1º izq.28015 Madrid

Teléfonos: 91 446 31 62 / 50  
Fax: 91 445 9024

[unaf@unaf.org](mailto:unaf@unaf.org)

# Aprende y ACTÚA con los CINCO SENTIDOS

Las familias ante los Trastornos de Conducta Alimentaria:  
Anorexia y Bulimia.

TALLER PARA FAMILIAS

Financiado por:



# Aprende y ACTÚA con los CINCO SENTIDOS

Las familias y los TCA: Anorexia y Bulimia.

**Dirigido a:** Familias que deseen información y formación sobre la prevención y cómo actuar ante la anorexia y bulimia.

**Profesora:** Lecina Fernández Moreno.  
Especialista en Psicología Clínica. Psicóloga clínica y coordinadora del programa Serendis Salud Mental. Eutox. Madrid. Coordinadora del Área Psico-educativa de ADEPS. Hospital Clínico San Carlos. Madrid.

**Lugar:** Los Talleres se realizarán en Centros educativos, sanitarios y sociales, Ayuntamientos, Centros de Profesorado y Colegios Oficiales que hagan demanda de los mismos.

## Material del curso:

- Guía *Aprende y ACTÚA con los CINCO SENTIDOS* a cada familia participante.
- Cuadernillo de ejercicios.

**Duración:** 3 horas

**Número de plazas:** máximo 30 personas

**Organizado por:** UNAF con la colaboración del Ministerio de Sanidad y Consumo.

**Asistencia:** Gratuita

**Fecha:** 25, 27 ó 30 de junio de 2008.

## Programa

1. Qué es la anorexia y bulimia nerviosa
2. Causas de la anorexia y bulimia nerviosa
3. Actuación de la familia. Estrategias y técnicas para aprender con los cinco sentidos:
  - Aprender a ver antes que actuar
  - Aprender a escuchar antes que juzgar
  - Aprender a guiarse por el olfato y actuar a tiempo
  - Aprender a saborear el momento
  - Aprender a transmitir afecto con tacto

## Objetivos:

1. Dar información a las familias sobre los TCA, en especial qué son, qué hacer ante ellos y cómo prevenir.
2. Apoyar a través de la información y educación sobre los TCA a las familias en general y específicamente a las madres y padres con hijas/os en edad infantil, adolescente y/o juvenil para un mejor conocimiento de los TCA, de la alimentación saludable y de las relaciones afectivas.
3. Orientar a las familias hacia la utilización de los servicios socio-sanitarios donde recibir ayuda adecuada a su demanda sobre temas relacionados con los TCA.
4. Favorecer y fomentar los hábitos saludables desde una concepción integral de la salud.