



MEMORIA 2019

INDICE

0. Presentación.....	3 pág.
1. Objetivos y misión.....	4 pág.
2. Introducción.....	5 pág.
3. Organigrama de la Asociación BAO.....	7 pág.
4. Actividades realizadas en el año 2019.....	7 pág.
4.1. Área de Asesoramiento e Información	
4.2. Área Psiquiátrica y Psicológica	
4.3. Otras Actividades	
5. Memoria económica de la Asociación BAO ejercicio 2019.....	23 pág.

0. PRESENTACIÓN:

La presente Memoria recoge las actuaciones más relevantes desarrolladas por la Asociación BAO durante el año 2019. La realización de esta memoria persigue un doble objetivo. Por una parte, dar cumplimiento a la ley orgánica 1/2002, de 22 de marzo, Reguladora del Derecho de Asociación y, de otra, aproximar a los socios la labor que desarrolla la asociación.

Esta Memoria se estructura en tres grandes capítulos:

1. Ofrece a los socios una visión global de la Asociación BAO: Objetivos y misión de la asociación e introducción al Trastorno Bipolar
2. Hace mención a las actividades que se han realizado a lo largo de todo el año 2019.
3. La memoria económica con la cuenta de pérdidas y ganancias y el balance de situación.

1. OBJETIVOS Y MISIÓN:

El 24 de abril de 2007 se crea la Asociación Bipolares de Andalucía Oriental en Málaga, es una entidad sin ánimo de lucro y declarada de Utilidad Pública en el año 2018 integrada por personas que padecen trastorno bipolar y sus familiares.

Su misión es mejorar la calidad de vida de las personas con trastorno bipolar y de sus familiares, para ello se han planteado los siguientes objetivos:

- Ver que no estamos solos ante la enfermedad y que se puede convivir con ella de manera totalmente normalizada.
- Aceptar como primer paso a la mejoría
- Comunicar la necesidad de una buena adhesión al tratamiento, para que sea posible una mejor evolución
- Conocerse así mismo, para poder detectar los síntomas previos a una crisis, identificarlos y acudir a tiempo al especialista con el fin de poder atajarlas.
- Luchar contra el estigma y el auto estigma
- Contribuir al conocimiento, estudio, investigación y asistencia del trastorno bipolar
- Fomentar los Grupos de Ayuda Mutua y los grupos de autoayuda, así como una adecuada psicoterapia, como apoyo fundamental a la farmacoterapia.
- Difundir información fiable y de calidad sobre el trastorno bipolar.

2. INTRODUCCIÓN:

El trastorno bipolar es una enfermedad mental crónica que afecta a los mecanismos que regulan el estado de ánimo. Se presenta en forma de episodios recurrentes que van desde la manía o hipomanía (alegría, exaltación o euforia), hasta la depresión (tristeza, inhibición e ideas de suicidio). Estas variaciones anímicas influyen de forma significativa en los aspectos sociales, familiares, académicos o laborales de la persona que tiene la enfermedad. El tratamiento con fármacos es imprescindible, aunque lo ideal sería complementarlo con una intervención psicológica.

El trastorno bipolar es una enfermedad que en su vertiente menos grave afecta a casi un 4% de la población. En España más de un millón de personas tienen algún tipo de trastorno bipolar. El trastorno bipolar existe por igual en todas las partes del mundo, independientemente de las diferencias culturales, la raza, el grado de progreso tecnológico, etc...

El trastorno bipolar consiste en una alteración de los mecanismos biológicos que regulan el estado de ánimo. El funcionamiento de estos mecanismos depende de dos factores: genéticos y ambientales. La genética desempeña un papel muy importante, ya que es la responsable de que el estado de ánimo esté mal regulado. Los factores ambientales pueden actuar como precipitantes de las crisis, pero generalmente es necesaria cierta predisposición hereditaria para la enfermedad.

El estado de ánimo es el motor que impulsa el organismo hacia la consecución de metas. Para un buen funcionamiento psíquico y físico, es imprescindible la integridad de los mecanismos que lo regulan. Cuando los problemas sobrepasan la capacidad de adaptación de una persona, estos mecanismos no consiguen por sí solos restablecer el equilibrio anímico y puede sobrevenir una depresión. Estas depresiones son denominadas generalmente "depresiones reactivas" o "exógenas", porque aparentemente se produce como consecuencia de uno o varios sucesos desfavorables para el sujeto. Sin embargo, existen otro tipo de alteraciones del estado de ánimo en que los propios mecanismos reguladores son los que funcionan de forma incorrecta.

En la regulación del tono vital participan factores genéticos, biológicos, psicológicos, sociales, meteorológicos y farmacológicos. Entre los factores biológicos destacan unas sustancias que circulan por el interior de las neuronas, denominadas neurotransmisores, y las hormonas. Otras sustancias importantes son los denominados neuromoduladores y los iones. Estos mecanismos funcionan como termostato: cuando el estado de ánimo disminuye por algún motivo,

se producen diversas sustancias que impiden que se alcancen niveles demasiado bajos, que podrían poner en peligro la supervivencia del sujeto; cuando el ánimo se eleva, se producen otras que evitan un exceso de euforia que también podría conllevar problemas, como el desprecio del riesgo y la sobrevaloración de las propias fuerzas. Por este motivo, la sensación de alegría tras un acontecimiento positivo suele durar poco, aunque no ocurra nada malo a continuación. Cuando este "ANIMOSTATO" pierde precisión, cualquier suceso estresante puede acabar provocando una alteración importante del estado de ánimo.

La localización de los mecanismos de regulación del estado de ánimo es el sistema límbico, una región del cerebro situada en la zona central interna. En el caso de las personas que tienen trastorno bipolar, el sistema límbico funciona erróneamente, por lo que su estado de ánimo sufre bruscas alteraciones sin que necesariamente exista un motivo personal, laboral, familiar o social que lo justifique.

Hay varios tipos de trastorno bipolar:

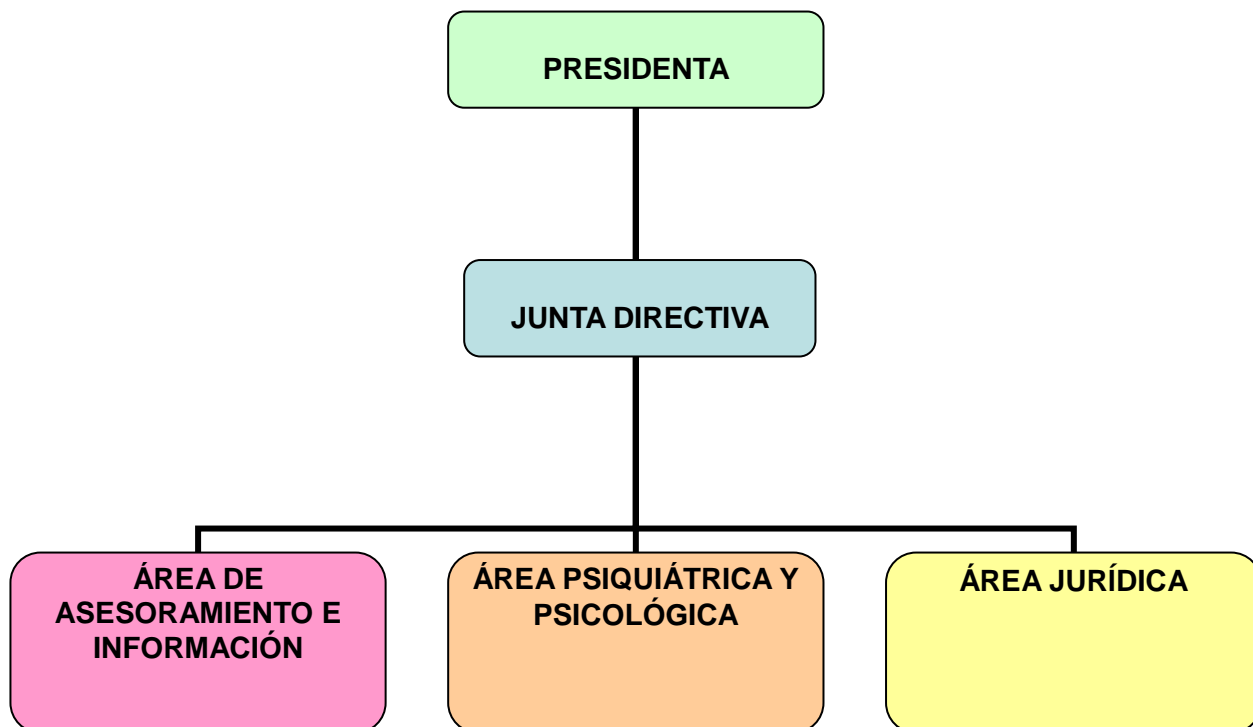
- Tipo I. Es la forma clásica, se caracteriza por la presencia de episodios maníacos y depresivos. Es relativamente frecuente que aparezcan delirios e incluso, en algunos casos, alucinaciones.

- Tipo II. No existirían episodios maníacos sino hipomaníacos (de menor intensidad que los maníacos y sin tanta repercusión funcional de tal forma que a veces sólo los perciben los familiares cercanos) y sobre todo episodios depresivos.

- Ciclotimia. Se caracteriza por variaciones leves del estado del ánimo, aunque suficientes para mermar la calidad de vida y la funcionalidad de la persona que la tiene. Este tipo de paciente no suele acudir a la consulta del psiquiatra o psicólogo al considerar que estas alteraciones forman parte de su carácter. A esta persona se la suele juzgar como caprichosa o lunática.

El diagnóstico de esta enfermedad debe ser realizada por expertos. No existen, por ahora, pruebas específicas que permitan objetivar el diagnóstico, de modo que éste se fundamenta en el criterio clínico, es decir, en el análisis de toda la información disponible proporcionada por el propio paciente y sus familiares. Es cierto que, en las fases de descompensación, se han hallado alteraciones significativas en el funcionamiento de las sustancias que regulan el estado de ánimo, y precisamente por eso sabemos que existe un desarreglo bioquímico subyacente a la enfermedad, pero estos hallazgos no son aplicables a la hora de realizar un diagnóstico.

3. ORGANIGRAMA ASOCIACION BAO



4. ACTIVIDADES REALIZADAS EN EL AÑO 2019:

4.1. Área de asesoramiento e información

- **Atención Individualizada**, que ha consistido en:

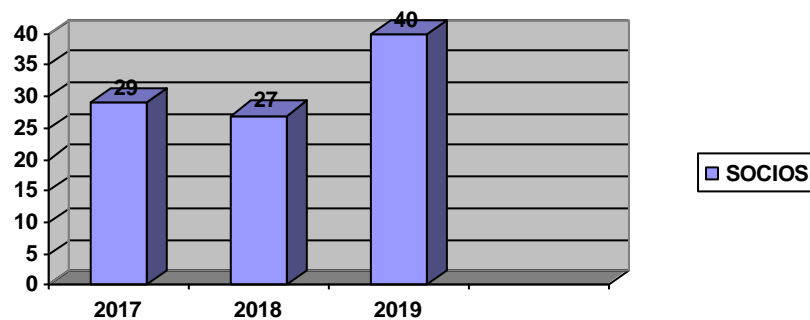
1. Conocer al enfermo, al cuidador y a su entorno, y detectar sus necesidades.
2. Prestar apoyo emocional, ayudando al enfermo en la aceptación de su enfermedad y potenciando su autoestima.
3. Facilitar el diálogo entre los diferentes miembros de la familia ayudando a mejorar aquellos aspectos de la convivencia que generan dificultades.
4. Informar, orientar y gestionar los recursos sociales.

Se han realizado a lo largo del año 2019, 24 atenciones individualizadas.

- **Atención Comunitaria**, tiene como objetivo proporcionar a la Asociación la posibilidad de aumentar y mover sus recursos, solucionar problemas concretos y promocionar los medios de interacción. En este punto los voluntarios de la Asociación BAO han realizado la labor de informar

a la sociedad y a los diferentes colectivos como entidades públicas, privadas, etc., sobre el trastorno bipolar y las actividades que se realizan en la asociación.

El número de personas que se han asociado a BAO a lo largo del año 2019 ascienden a 40 personas, en comparación con otros años el número ha aumentado. Evolución de la afiliación de socios a la ASOCIACION BAO a lo largo de estos tres últimos años es la que se ve reflejada en este grafico.



4.2. Área Psiquiátrica y Psicológica

a) Taller de Psicoeducación:

Durante enero de 2019 se impartieron las cuatro últimas sesiones de este taller (8, 15, 22 y 29 de enero). Este taller se repite anualmente, es uno de los más importantes de todos, es el hilo conductor: la base del tratamiento y abordaje del paciente con trastorno bipolar. Numerosos estudios demuestran que los pacientes psicoeducados ante su enfermedad tienen un mejor curso, pronóstico y evolución de la misma, reduciendo considerablemente el número de ingresos y recaídas, y mejorando la adherencia y cumplimiento terapéutico. Posee por lo tanto un elevado nivel de eficacia profiláctica, pues mejora la calidad asistencial percibida por el paciente, así como la identificación de señales de alarma (pródromos) que indiquen la llegada de un posible episodio o crisis. Dota al paciente de herramientas relativas a la rapidez de petición de ayuda e intervención en caso de descompensación. Se trata, en definitiva, de que el paciente adopte un rol activo ante su enfermedad, conociendo a fondo el funcionamiento y características de la misma, favoreciendo así una mayor aceptación del diagnóstico y desarrollando una adecuada conciencia de enfermedad. Dando como resultado un paciente más empoderado ante el manejo de la patología que puede optar a la mayor calidad de vida posible. En estas cuatro últimas sesiones se han tratado los siguientes temas:

1. Tratamientos del Trastorno Bipolar

2. Regularización de los hábitos
3. Trastorno Bipolar y Trastornos de la Personalidad
4. Clausura del taller

Los profesionales que han impartido este taller son Beatriz Pacheco García (Psicóloga) y Eloy Rodríguez Arrebola (Psiquiatra).



En este taller participaron un total de 21 personas de las que ocho eran hombre y trece eran mujeres.

b) Taller Grupo de Ayuda Mutua Dirigido

Un grupo de ayuda mutua (GAM) dirigido es un espacio en el cual diversas personas que comparten un mismo problema o dificultad se reúnen para intentar superar o mejorar su situación. Trabajamos con personas con Trastorno Bipolar y sus familiares. Se reúnen semanalmente en un encuentro informal en el que se comparten las experiencias, se explican abiertamente las vivencias y se ofrece apoyo mutuo. Las charlas están relacionadas con el trastorno mental, pero también con otros aspectos de la vida personal.

Algunos de los temas que se han tocado a lo largo de este taller han sido:

- Importancia de los referentes. Los referentes también tienen que cuidar de ellos
- Grafica del estado de ánimo
- Patrón estacional
- Aceptación de la enfermedad
- Higiene del sueño
- Hábitos y rutinas
- Consumo de tóxicos
- Importancia de la medicación y la psicoterapia en el trastorno bipolar

- Lista de pródromos
- Síntomas del Trastorno Bipolar
- Importancia de la psicoeducación para evitar las recaídas
- Ámbito laboral
- Relaciones interpersonales
- Apego
- Ingresos
- Tipos de Trastorno Bipolar, etc....

En total se han realizado 37 sesiones a lo largo del año 2019 moderadas por la psicóloga que colabora con BAO, la presidenta de la entidad y por voluntarios de la asociación.



c) Psicoterapia integral grupal para afectados:

A lo largo de este taller, se sistematizan los conceptos y técnicas que se utilizan habitualmente en el aprendizaje de las habilidades sociales. Con el objetivo de proporcionar una “guía” de recursos que permita autodirigirse y adaptarse al entorno y a distintos contextos sociales.

Es importante tener en cuenta que, si bien este campo es fruto del trabajo en la población en general, más aún tiene cabida en pacientes con Trastorno Bipolar. Dado que, en numerosas ocasiones, debido al impacto que generan las crisis en sus vidas, sufren un deterioro o merma en sus relaciones sociales, fomentando muchos sentimientos de inseguridad, miedos, y problemas de autoestima e identidad.

A lo largo de este taller se conoce en profundidad el concepto de habilidades sociales y asertividad. Además, se aborda el importante papel del sistema de creencias y pensamientos, describiendo aquellos que obstaculizan o favorecen nuestro comportamiento. Se continúa revisando características y estilos de la comunicación interpersonal y comunicación no verbal.

El taller tiene un enfoque práctico y de entrenamiento, por lo que también abordamos

aspectos como hacer y rechazar peticiones y cambios de conducta, resolución de conflictos, respuesta ante las críticas, afrontamientos de comportamientos irracionales y manejo de la ira.

Este taller ha tenido una duración de 4 sesiones que se han realizado a lo largo del mes de febrero y al que han asistido 11 personas de las cuales 2 eran hombres y 9 mujeres. Ha sido impartido por Beatriz Pacheco García (Psicóloga).

d) Taller cuidando al cuidador:

Este taller está diseñado para atender a los familiares de los pacientes con Trastorno Bipolar. El objetivo principal siempre se encamina a que el paciente sea lo más autónomo posible en el manejo de la enfermedad y fomentar su autocuidado. Sin embargo, esto no siempre es fácil, posible o inmediato. La familia o “referentes” tienen que actuar como soportes y redes de apoyo, en ocasiones teniendo que tomar el timón para proteger y cuidar del paciente. Esto suele ser un camino muy difícil, teniendo a veces que implementar medidas o pautas por la seguridad y bienestar del paciente, o a veces teniendo que tomar decisiones difíciles por el bien común. Es muy difícil saber actuar ante ciertas circunstancias que se dan en el contexto de las crisis y descompensaciones y también establecer límites.

Toda persona que cuida de otra persona durante un tiempo prolongado puede llegar a experimentar lo que se ha venido a llamar *sobrecarga del cuidador*, que consiste en un malestar o desequilibrio debido a que los recursos que se emplean para cuidar a un enfermo suponen un sobreesfuerzo a largo plazo.

Estos grupos han demostrado ser una vía excelente para reducir la sobrecarga del cuidador, facilitan el intercambio de experiencias y estrategias eficaces de cuidado hacia los demás, a la vez que fomentan la protección y el autocuidado de la propia persona que cuida.

El objetivo principal del taller de cuidar al cuidador consiste en prevenir e intervenir en la sobrecarga que experimenta la persona cuidadora.

Se han realizado dos talleres a lo largo del año 2019, el primer taller se ha plasmado en seis sesiones a lo largo de los meses de marzo y abril y el segundo taller se ha impartido en el mes de octubre en cuatro sesiones. Han participado un total de 16 personas de las cuales 9 eran hombres y 7 mujeres. Ha sido impartido por Beatriz Pacheco García (Psicóloga).

e) Taller de autonomía personal para afectados con Trastorno Bipolar:

El objetivo central de este taller gira en torno a fomentar el empoderamiento funcional y cotidiano del paciente con Trastorno Bipolar, encaminándolo a la mayor autonomía e independencia posible.

La autonomía personal es la sensación interna que siente la persona de ser capaz de afrontar su propia vida, existencia y realidad. La persona posee recursos internos adecuados para gestionar y superar dificultades, obstáculos y frustraciones propias del vivir.

La autonomía es un objetivo que todas las personas debemos perseguir y poder concretar. Lograr y experimentar autonomía personal nos ayuda a ser cada vez más auténticos e independientes en nuestro pensar, sentir y actuar. Todas las personas tenemos determinadas creencias, ideas y valores a las que adherimos y las que nos acercan cada vez más al nivel deseado de autonomía.



Siempre necesitamos del afecto, del cariño y de la compañía de otras personas. Pero en determinadas ocasiones esta necesidad se vuelve rígida y comienza a afectarnos en nuestra vida diaria, en nuestros vínculos y en nuestro proceder. El hecho de poder valernos por nosotros mismos sin desarrollar una dependencia emocional desmedida hacia otras personas es un signo de una adecuada salud mental.

En este taller se han tratado temas como la imagen corporal, la higiene del descanso y del sueño, la alimentación, el bienestar emocional, las relaciones afectivas y de cuidado, la socialización, el estigma y autoestima, la incorporación al mundo laboral y mantenimiento de las dinámicas de trabajo, el manejo de gestiones cotidianas de la vida diaria y la resolución y desempeño de las mismas.

Este taller ha tenido una duración de 5 sesiones que se han realizado a lo largo de los meses de junio y julio de 2019 y han participado 9 personas de las cuales 3 eran hombres y 6 mujeres. Ha sido impartido por Beatriz Pacheco García (Psicóloga).

f) Taller de Inteligencia Emocional:

El objetivo de este taller gira en torno a reconocer, identificar y aprender a gestionar las emociones para vivir mejor consigo mismo y con los demás. Cambiar nuestra manera de

relacionarnos con las emociones para construir una vida más armónica, rica y llena de sentido.

En este taller se han trabajado algunos de los siguientes aspectos: Identificación y aceptación de las emociones, comprensión y escáner corporal de las mismas, mindfulness, necesidades y valores como parte del proyecto vital, autocuidado y actitudes positivas, gratitud, manejo y canalización de pensamientos intrusivos y patrones cognitivos negativos, expectativas y frustraciones, empatía y asertividad.

El taller ha tenido una duración de 4 sesiones que se han realizado a lo largo de los meses de noviembre y diciembre. Han participado 11 personas de las cuales 5 eran hombres y 6 mujeres. Ha sido impartido por Beatriz Pacheco García (Psicóloga).

g) Taller de Envejecimiento Activo:

El aumento en la longevidad y la esperanza de vida que se da en la actualidad es un logro de nuestra sociedad, pero si entendemos el envejecimiento como un proceso en el que se produce una merma en la eficacia y eficiencia de los sistemas biológicos, aumentando por tanto la vulnerabilidad de las personas, podemos deducir que este aumento en la esperanza de vida, podrá influir en el aumento de la morbilidad y la discapacidad asociada a la edad.

Pero el proceso de envejecimiento no es lineal e inmutable, sino que el funcionamiento humano presenta una gran plasticidad a nivel biológico, cognitivo, emocional y social por lo que podremos implementar actuaciones tendentes a mejorar la esperanza de vida saludable en las personas.

Partimos de la base de que el envejecimiento con éxito se describe como una baja probabilidad de enfermar y de sufrir una discapacidad asociada, junto con un buen funcionamiento cognitivo y físico y un alto compromiso con la vida, entendiéndose por esto último la participación e integración social.

Los temas que se trataron en el taller fueron los siguientes:

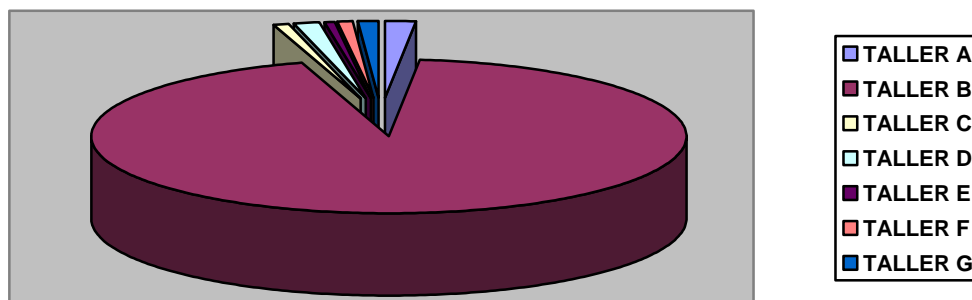
- Aplicación grupal del MINIMENTAL (Test)
- Nuestra memoria y sus principales problemas
- Participación social
- Actividades de ocio
- Uso de las nuevas tecnologías en el envejecimiento activo
- Creatividad y desarrollo personal
- Autoestima

El taller se desarrolló en dos sesiones los días 25 y 26 de septiembre y fue impartido por Lidia Fernández (Trabajadora Social). Asistieron un total de 14 personas (4 eran hombres y 10

mujeres). Este taller entra dentro del programa de autonomía integral personal que esta desarrollando CODISA PREDIF.



GRÁFICA DE PARTICIPANTES EN LOS DIFERENTES TALLERES DURANTE EL AÑO 2019



Como se observa en el gráfico, el Taller B corresponde al Taller Grupo de Ayuda Mutua (GAM), el que mayor número de participantes (1.316 personas) tiene este año, un 93,76 %. Esto es debido a que se han realizado un total de 37 sesiones. La media de sesiones en los demás talleres es de seis sesiones. En el resto de talleres los porcentajes son bajos debido al tiempo de duración de los mismos.

TALLER A: Taller de Psicoeducación 1,59 %

TALLER C: Psicoterapia integral grupal para afectados 0,83 %

TALLER D: Taller cuidando al cuidador 1,21%

TALLER E: Taller de autonomía personal para afectados con Trastorno Bipolar 0,68%

TALLER F: Taller de Inteligencia Emocional 0,83 %

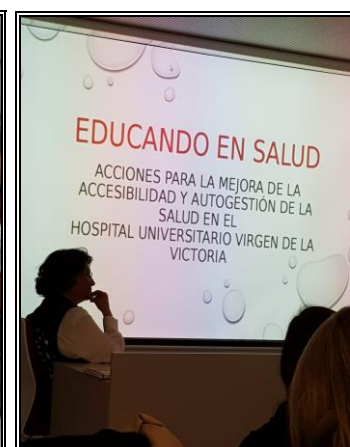
TALLER G: Taller de Envejecimiento Activo 1,06 %

4.3. Otras actividades

a) Reuniones y encuentros:

La Asociación BAO, a lo largo del año 2019, ha participado en varias reuniones con entidades y profesionales relacionados con el Trastorno Bipolar y la salud mental.

1. Reunión con el Coordinador de Salud Mental de la Junta de Andalucía. En este encuentro se plantea la revisión de la cartera de servicios y se trata de unir posturas de cara al próximo Plan Integral de Salud Mental de Andalucía (PISMA).
2. Reunión con los profesionales (psiquiatras) del área de Salud mental del Centro asistencial San Juan de Dios de Málaga.
3. La asociación BAO representada por la Vicepresidenta y una Voluntaria asiste a la presentación de la Concejala del Área de Accesibilidad Universal del Excmo. Ayuntamiento de Málaga doña Eva M^a Sánchez Teba.
3. XVII Comisión de Participación Ciudadana con la presentación de nuevos colectivos y con programas para impulsar la formación de pacientes y sus familias, celebrada en el salón de Actos del Hospital Valle del Guadalhorce de Málaga.



Más de 80 asociaciones de usuarios y voluntariado colaboran de forma habitual en los diversos programas de apoyo a los pacientes y a sus familias en el Hospital Virgen de la Victoria y en todos sus centros dependientes.

4. Reunión con el Coordinador de Salud Mental de la Junta de Andalucía, don Javier Romero. Además de la Asociación BAO, allí se encontraban representadas las asociaciones AFENES Y AFESOL. El encuentro se llevo a cabo en el Hospital Marítimo de Torremolinos y los temas que se trataron fueron los siguientes:
 - Mejoras de cara al Plan Integral de Salud Mental de Andalucía 2020
 - Cambios en las unidades de hospitalización
 - Acompañamiento familiar
 - Plan de Decisiones Anticipadas
 - Protocolo de acompañamiento (riesgo de fuga)

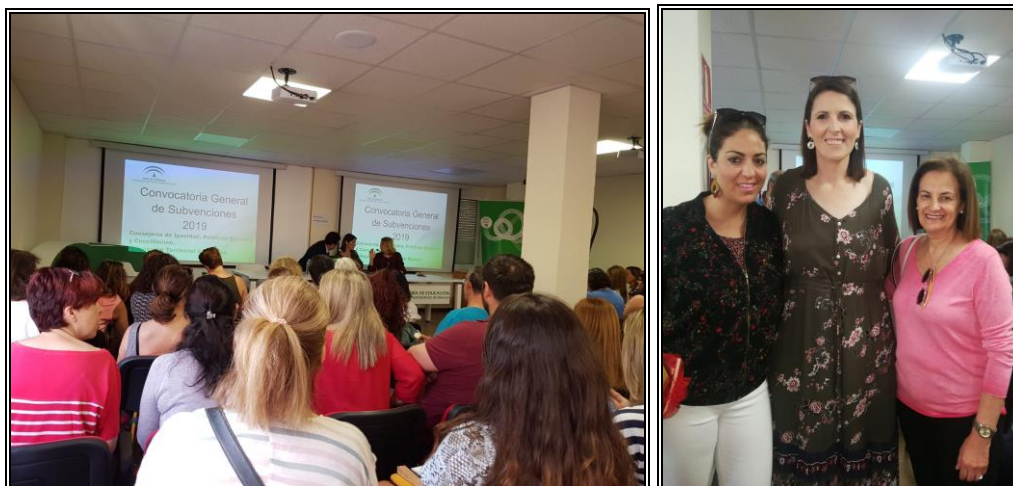
5. Sesión clínica en el Hospital Clínico Universitario Virgen de la Victoria a petición del Servicio de Psiquiatría y docencia MIR. A la reunión acudieron la psicóloga que colabora con la asociación y la Vicepresidenta primera. En esta reunión se realizó una presentación de la Asociación BAO y de los tratamientos que en ella se realizan, además de las diferentes actividades en las que participa la entidad a nivel local, autonómico y estatal.

6. Reunión de cooperación en el Centro de Salud de Ciudad Jardín, titulada "Centro Salud Ciudad Jardín & Asociaciones del barrio en beneficio de la comunidad".

Con el objetivo de continuar y establecer las relaciones de colaboración con las organizaciones sociales en el ámbito de influencia del Centro Salud Ciudad Jardín y así como establecer una visión global y no únicamente sanitaria. Esta reunión fue una toma de contacto de todas las entidades de la zona con la finalidad de cooperación entre el Centro Salud Ciudad Jardín y las asociaciones del barrio en beneficio de la comunidad.



7. Presentación de la nueva Delegada de la Consejería de Igualdad, Políticas Sociales y Conciliación de la Junta de Andalucía en Málaga doña Mercedes García Paine. Se estrena presentando la nueva convocatoria general de subvenciones 2019. Asisten la Vicepresidenta I y una Voluntaria de BAO.



8. XXII Jornadas de AFENES (Asociación de Familiares y Personas con Enfermedad Mental de Málaga) celebradas en el Instituto de Estudios Portuarios. El presidente y alma de Afenes, Miguel Acosta, ha reunido a un nutrido grupo de especialistas entre abogados, psiquiatras, psicoanalistas y técnicos para abordar la situación actual y las necesidades de los pacientes con enfermedad mental. En esta ocasión, los expertos abordarán la sensibilidad y la prevención del suicidio, ante las alarmantes cifras que alcanzan en nuestro país.
9. Reunión con los voluntarios de la Asociación BAO para preparar el programa de actividades del año en curso.

b) Charlas:

1. Tema: "DUDAS LEGALES DE LOS ENFERMOS CON TRASTORNO BIPOLAR"

La abogada Amelia Fernández Salazar ha participado en dos charlas para resolver las dudas que tanto a enfermos del trastorno bipolar como a sus familiares les han surgido en su día a día. Algunos de los temas que se han tratado son los que se mencionan a continuación:

- Tipos de incapacidad permanente (total y absoluta).
- Diferencia entre discapacidad e incapacidad.
- Exenciones fiscales y bonificaciones por discapacidad.

- “Sólo hay obligación legal en comunicar qué tipo de enfermedad tenemos en un trabajo en el caso de que provoque inseguridad para nosotros o para nuestros compañeros de trabajo”.
- Renovación del carnet de conducir.
- Seguros (de accidente y de vida).

2. Tema: "ROMPIENDO EL SILENCIO SOBRE EL SUICIDIO"

Impartida por la psicóloga Beatriz Pacheco García. Se habla sobre el suicidio como un fenómeno complejo que ha atraído la atención de filósofos, teólogos, médicos, sociólogos y artistas a lo largo de los siglos. Debido a que es un problema grave de Salud Pública, el suicidio requiere nuestra atención, pero desgraciadamente su prevención y control no son tarea fácil. La difusión apropiada de información y una campaña de sensibilización del problema son elementos esenciales para el éxito de los programas de prevención.



c) Mesas Informativas:

1. DÍA MUNDIAL DEL TRASTORNO BIPOLAR

El día 30 de marzo es el Día Mundial del Trastorno Bipolar. Esta fecha se eligió con motivo del nacimiento del pintor holandés Vincent Van Gogh, al que le diagnosticaron después de su muerte como probable afectado de un trastorno bipolar. Se pretende con este día que la gente se conciencie de que se trata de un trastorno que, según la Organización Mundial de Salud, es la sexta causa de discapacidad en el mundo y se apela a la colaboración social con el objetivo de eliminar cualquier estigma social asociado al que lo padece.

Se colocaron varias mesas informativas en los hospitales de la ciudad, en los centros de salud, y en algunos de los lugares más concurridos de la ciudad de Málaga.



2. DIA MUNDIAL DE LA SALUD MENTAL

El 10 de octubre se celebra el Día Mundial de la Salud Mental. Con este motivo la Asociación Bipolares de Andalucía Oriental (BAO) ha organizado una serie de mesas informativas que tienen como objetivo concienciar a la población en general sobre los problemas de salud mental, luchar contra el estigma que sufren estas personas y favorecer la inclusión social del colectivo. El objetivo principal de este año 2019 ha sido reivindicar un abordaje transversal del suicidio para mitigar los efectos del mismo: prevención, detección, diagnóstico, tratamiento y continuidad de cuidados de los trastornos mentales. Las mesas han estado ubicadas en los tres hospitales de Málaga capital y en el hospital comarcal de Vélez Málaga. Además, se ha colocado una mesa informativa en la plaza Feliz Sáenz de la capital malagueña. Cada mesa esta presidida por dos voluntarios de la asociación BAO a los que hay que felicitar por el gran trabajo realizado.

3. DIA INTERNACIONAL DEL VOLUNTARIADO

El día 5 de diciembre la Asociación BAO participa en la **Muestra de Asociaciones de Voluntariado**, que se celebró en calle Alcazabilla y que organizaba la Plataforma para la

Promoción del Voluntariado de Málaga en colaboración con el Área de Participación Ciudadana.



4. EXPOSICIÓN FOTOGRÁFICA:

Dos de los voluntarios de la asociación BAO han presentado seis fotos al III CONCURSO DE FOTOGRAFÍA MIGUEL ÁNGEL RUBIO. Este acto se ha celebrado en el Hospital Virgen de la Victoria, a través de la Unidad de Gestión Clínica de Salud Mental, que se ha sumado al programa de actos conmemorativos del Día Mundial de la Salud Mental a través de la campaña denominada 'Conéctate a la Vida', organizando esta exposición y venta de productos artesanos. Se ha llevado a cabo una exposición de las 12 mejores imágenes relacionadas con la salud mental presentadas con motivo de la celebración del III Concurso de Fotografía "Miguel Ángel Rubio", profesional de enfermería de esta unidad fallecido hace unos años y gran aficionado a la fotografía. Debemos destacar y dar la enhorabuena a los voluntarios que este año han sido galardonados con el tercer premio.



5. Presentación del documental "EL ARTE DE ESCUCHAR "

El pasado 10 de mayo, en el colegio Oficial de Médicos de Málaga, el documental "el arte de escuchar" fue presentado por doña Francisca Gil y doña Marina Climent. El documental da la

voz a los pacientes. Un grupo de pacientes nos cuenta sus expectativas en la comunicación con sus médicos. A través de sus testimonios vitales conocemos mejor cómo prefieren relacionarse con el médico, y cómo les gusta que se les escuche en las consultas. El documental ayuda a ver a los pacientes como personas.



d) Convivencias

1. ANIVERSARIO DE BAO

El pasado 24 de abril la Asociación Bao y un grupo de voluntarios organizaron una merienda por el 12º Aniversario de la asociación, con el objetivo de reconocer públicamente a las personas que han sido especialmente decisivas a lo largo de estos años y que dan sentido a la entidad cada día con su esfuerzo y tesón.



2. COMIDA DE NAVIDAD

El 15 de diciembre la Asociación BAO celebró su tradicional comida de Navidad para sus socios.



5. MEMORIA ECONOMICA DE LA ASOCACION BAO EJERCICIO 2019:

Para una mayor comprensión por parte de los socios de nuestra entidad, la memoria que a continuación exponemos va a ser subdividida en las dos partes que componen las cuentas anuales de una asociación, recogiendo en ellos los conceptos y explicaciones oportunas sobre el resultado del presente ejercicio.

ANÁLISIS DE LA CUENTA DE PÉRDIDAS Y GANANCIAS

La cuenta de Pérdidas y Ganancias de una entidad nos muestra el resultado de la misma a lo largo de un año. En esta cuenta se reflejan tanto el total de gastos y de ingresos durante 2019. Así mismo la diferencia entre ellos nos da lugar al resultado del ejercicio contable para 2019.

1. Importe neto de la cifra de negocios	15.114,65
7080. Devoluciones de ventas de mercaderías	-1.000,00
720. Cuotas asociados y afiliados	13.714,65
722. Promociones para la captación de recursos	2.400,00
4. Aprovisionamientos	-8.364,29
600. Compra de mercaderías	-416,12
607. Trabajos realizado por otras empresas	-7.963,97
6080. Devoluciones de compras de mercaderías	15,80
5. Otros ingresos de explotación	4.300,28
740. Subvenciones, donaciones y legados a la explotación	3.956,64
755. Ingresos por servicios al personal	343,64
6. Gastos de personal	-612,80
640. Sueldos y salarios	-516,00
642. Seguridad Social a cargo de la empresa	-96,82
7. Otros gastos de explotación	-11.068,69
623. Servicios profesionales independientes	-1.461,10
625. Primas de seguros	-725,33
626. Servicios bancarios y similares	-646,94
628. Suministros	-70,06
629. Otros servicios	-5.251,68
65300. Compensación de gastos por prestación de colaboración	-153,33
658. Reintegro de subvenciones	-711,86
659. Otras pérdidas de gestión corriente	-2.048,39
12. Otros resultados	-375,00
678. Gastos excepcionales	-375,00

<u>A. BENEFICIOS DE EXPLOTACION</u>	<u>-1.005,87</u>
<u>(1+2+3+4+5+6+7+8+9+10+11+12)</u>	
<u>C. RESULTADOS ANTES DE IMPUESTOS (A + B)</u>	<u>-1.005,87</u>
<u>D. RESULTADOS DEL EJERCICIO (C + 19)</u>	<u>-1.005,87</u>

a. Ingresos recibidos en 2019

Vamos a diferenciar en la propia cuenta de pérdidas y ganancias los conceptos por los cuales se han obtenido ingresos.

Importe neto de la cifra de negocios: Este apartado se recoge los ingresos procedentes de la cuota de socios. Así mismo se recogen los ingresos recibidos por las promociones para la captación de recursos (donativos). La cantidad asciende a 15.114,65 €

Otros ingresos de explotación: En este apartado se recogen las subvenciones concedidas por las distintas administraciones públicas destinadas al mantenimiento de la entidad como a la realización de distintos proyectos para el pasado año.

Las subvenciones concedidas son:

- Subvenciones de la Consejería de Igualdad, Políticas Sociales y Conciliación. Mantenimiento de la sede 855,36 €
- Subvenciones del Ayuntamiento de Málaga:
 - * Distrito Ciudad Jardín: 616,01 €
 - * Área de Accesibilidad Universal: 2.295,00 €

Además, se recogen los ingresos obtenidos por las aportaciones que han realizado los asistentes a los diferentes talleres que suman 343,64 €

b. Gastos del año 2019

Para aclarar un poco más la interpretación de los datos comentaremos que los principales grupos de gastos en 2019 han sido:

Aprovisionamientos: Se recogen en este apartado el coste de los trabajos realizados por otras empresas y la compra de mercaderías. Son los trabajos realizados por los profesionales que desarrollan los talleres de la entidad (Psicóloga, Psiquiatra, Trabajadora Social, otros profesionales). Destinándose a un total de 8.364,29 €. Además, se recoge las compras de mercaderías realizadas por la entidad a lo largo del año la cantidad es de 416,12 €.

Gastos de personal: Se recogen en este apartado el coste de la trabajadora social que ha prestado sus servicios durante los últimos meses del año 2019, recogiendo tanto el coste de salarios como el de seguros sociales. Destinándose a personal la cuantía de 612,82 €.

Otros gastos de explotación: en este apartado se recogen todos los gastos de funcionamiento como son: servicios profesionales independientes (asesoría), suministros, primas de seguros, servicios bancarios, otros servicios (papelería, teléfono, imprenta, etc.), reintegro de subvenciones, etc. El total de coste de este grupo de gasto a supuesto a la entidad la cantidad de 11.068,69 €

RESULTADO DEL EJERCICIO: Supone el resultado del año contable sumando el resultado de la explotación más los ingresos financieros y restando los impuestos a pagar por una entidad sin ánimo de lucro siendo el resultado del ejercicio como hemos señalado anteriormente negativo pues se han producido unas pérdidas de **1.005,87 €**.

ANÁLISIS DEL BALANCE DE SITUACIÓN

El balance de Situación nos muestra el resultado de la gestión económica de la Asociación BAO desde sus orígenes.

ACTIVO

B) ACTIVO CORRIENTE	14.856,53
VI. Efectivo y otros líquidos equivalentes	14.856,53
570. Caja, euros	233,69
572. Bancos e instituciones de crédito c/c vista, euros	14.622,84
TOTAL ACTIVO (A+B)	14.856,53

PATRIMONIO NETO Y PASIVO

A) PATRIMONIO NETO	3.795,45
A-1) Fondos propios	3.795,45
I. Capital	12.083,87
1. Capital escriturado	12.083,87
101. Fondo social	12.083,87
III. Reservas	5.113,22
2. Otras reservas	5.113,22
113. Reservas voluntarias	5.113,22
V. Resultados de ejercicios anteriores	-12.395,77

121. Resultados negativos de ejercicios anteriores	-12.395,77
VII. Resultado del ejercicio	-1.005,87
129. Resultado del ejercicio	-1.005,87
C) PASIVO CORRIENTE	11.061,08
IV. Acreedores comerciales y otras cuentas a pagar	1.588,98
2. Otros acreedores	1.588,98
410. Acreedores por prestación de servicios	1.063,18
475. Hacienda publica, acreedora por conceptos fiscales	468,90
476. Organismos de la Seguridad Social, acreedores	56,90
V. Periodificaciones a corto plazo	9.472,10
485. Ingresos anticipados	9.472,10
TOTAL PATRIMONIO NETO Y PASIVO	14.856,53

c. Activo año 2019

Corresponde al saldo de caja y de las cuentas bancarias a final del año 2019, la suma total asciende a 14.856,53 €.

d. Pasivo año 2019

Fondos propios: Es el capital que ha obtenido la asociación a de las cuotas de socios, donaciones, subvenciones, etc.

Reservas voluntarias: En esta cuenta se recogen el capital acumulado desde el inicio de nuestra entidad que se han llevado a esta cuenta con objeto de ser utilizado en momentos de necesidad o para compensación de posibles pérdidas en ejercicios futuros.

Pérdidas y Ganancias: en ella se recoge el saldo del resultado del ejercicio que como antes comentamos ha sido positivo.

Acreedores a corto plazo: En este se recogen los acreedores comerciales a pagar, es decir las deudas que poseemos con nuestros prestadores de servicio, retenciones de hacienda sobre IRPF de los trabajadores de esta entidad y las facturas de los profesionales que prestan servicios de esta entidad. Estas cantidades quedan pendientes de pago a 31 de diciembre de 2019, pero en la actualidad han sido saldadas ya que se pagaron en enero del presente año.