

## **Charlas informativas en centros de salud**

En Navarra ofrecemos charlas informativas a profesionales en los centros de salud. ¿Cómo lo hacemos?

1. Nos ponemos en contacto con el centro de salud por teléfono o personalmente. Si vamos en persona, llevamos algunos folletos y carteles. Nos presentamos que somos de Comedores Compulsivos Anónimos. Si no lo conocen, suele ser suficiente con decir que es un programa basado en el de Alcohólicos Anónimos adaptado a problemas con la comida.
2. Preguntamos por el director del centro, trabajadora social, jefa de enfermeras o persona encargada de la docencia. En todos los centros de salud de Navarra (supongo de otras provincias también) dedican una hora a la semana a la docencia y nosotros entramos en este horario. Si nadie nos puede atender en este momento, pedimos una cita o un correo directo. También se puede escribir al correo general del centro, pero es menos efectivo.
3. Cuando conseguimos contactar con la persona adecuada, le explicamos brevemente qué es la enfermedad de comer compulsivamente y qué solución hemos encontrado en OA y nos ofrecemos a dar una charla informativa para los profesionales
4. Concretamos una fecha y preguntamos si disponen de un ordenador y un cañón en la sala de reuniones.
5. El día de la charla vamos dos o tres personas, llevamos folletos y la presentación en power point (si tienen cañón)
6. Durante la charla contamos en qué consiste el programa, siempre enfocándolo desde la experiencia de cada uno. Subrayamos que OA es un complemento a los cuidados médicos, que siempre se recomienda a los miembros que busquen ayuda profesional si la necesitan y que OA

no ofrece planes de comida concretos. La charla dura una hora (es el tiempo que tienen previsto). Al final dejamos un poco de tiempo para el turno de preguntas.

7. Normalmente nos encontramos con un gran interés por parte de los profesionales. Confiesan que sabían muy poco o nada del comer compulsivo y de OA y se muestran agradecidos por la información y por nuestro testimonio personal.

8. Como consecuencia, cada vez más recién llegados dicen que vienen por la recomendación de su médico.