

Todo sobre los Trastornos de la Conducta Alimentaria

Una visión multidisciplinar desde la experiencia y la evidencia científica



M.^a Ángeles Martínez Martín y colaboradores

Cristina Ballesteros - Rosa Baños - Carmen Bayo - Luis Beato - M.^a Cruz Bilbao -
María Casas - Alfonso Chinchilla - Cristina del Río - María del Camino Escolar -
Gustavo Faus - Laura Franco - Erika García - Verónica Guillén -
M.^a Luisa Herraiz - M.^a Mar Herrero - Raúl Iglesias - Mercedes Jorquera -
Carmen Juarros - Jose Heliodoro Marco - M.^a Ángeles Martínez - Marta Miragall -
Gonzalo Morandé - Conxa Perpíñá - Rosa M.^a Raich - Teresa Rodríguez -
Pedro Manuel Ruiz - Montserrat Sánchez - Pilar Tejedor - Josep Toro



Todo sobre los Trastornos de la Conducta Alimentaria

© M^a Ángeles Martínez y colaboradores

© De la editorial: PUBLICACIONES ALTARIA, S.L.

Se ha puesto el máximo interés en ofrecer al lector una información completa y precisa. No obstante, PUBLICACIONES ALTARIA, S.L. no asume ninguna responsabilidad derivada del uso, ni tampoco por cualquier violación de patentes y otros derechos de terceros que pudieran ocurrir mientras este libro esté destinado a la utilización de aficionados o a la enseñanza. Las marcas o nombres mencionados son únicamente a título informativo y son propiedad de sus registros legales.

Reservados todos los derechos.

Ninguna parte de este libro puede ser reproducida, registrada en sistema de almacenamiento o transmitida de ninguna forma ni por cualquier procedimiento, ya sea electrónico, mecánico, reprográfico, magnético o cualquier otro. Así mismo, queda prohibida la distribución, alquiler, traducción o exportación sin la autorización previa y por escrito de PUBLICACIONES ALTARIA, S.L.

Cualquier forma de reproducción, distribución, comunicació pública o transformación de esta obra sólo puede ser efectuada con la autorización de los titulares, con excepción prevista por la Ley. Dirijase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra (www.conlicencia.com; 91 702 19 70/ 93 272 04 47).

ISBN: 978-84-944049-1-7

Depósito legal: T 1013-2015

Corrección: Alejandra Casaleiz Fuentes y Juan López García

IMPRESO EN ESPAÑA - PRINTED IN SPAIN

Editado por:

PUBLICACIONES ALTARIA, S.L.

C/ Enric d'Ossó, 2

43005-Tarragona

Tel. 977245774

email: info@altariaeditorial.com

web: www.altariaeditorial.com

*A las personas con trastornos de la conducta alimentaria,
que día a día luchan por abandonar la zozobra que les
rodea y por querer tomar el tren de la vida, a las que
lo consiguen y a las que siguen intentándolo. A sus
familias, por su presencia, apoyo y amor constantes. A los
profesionales por su empeño, su saber hacer y dedicación
desinteresada. A todos ellos con la confianza de que este
libro sirva para reducir el alarmante aumento de los
Trastornos de la Conducta Alimentaria.*

REFLEXIÓN A MODO DE PRÓLOGO

A finales de los años setenta y durante la década de los ochenta, hace más de cuarenta años, los trastornos del comportamiento alimentario eran a la vez misterio científico, páramo investigador y limbo asistencial. Antes ni eso. A lo largo de los setenta empezaba a haber pacientes, sea por avivarse su difusión epidemiológica, sea por irse abriendo las puertas de su particular armario. Esos pacientes prácticamente siempre eran personas que presentaban anorexia nerviosa. Los pacientes con bulimia tardaron bastante más en llegar a las consultas y al conocimiento público de su existencia. Durante esos años, en España fue viviéndose la rápida proliferación de afectados (más bien afectadas), los llamados enfermos “culturales”, pero no había especialistas, ni unidades especializadas, ni conciencia de que debiera haberlos, ni interés en que los hubiera... Asistencialmente lo que había eran algunos pinitos plantados en tierras áridas por plantadores más voluntaristas que curricularmente pertrechados, más con toques de ONG que siguiendo directrices asistencialmente serias. Chinchilla en Madrid y Turón en Barcelona fueron los pioneros de la asistencia clínica de adultos con trastornos del comportamiento alimentario. Morandé en Madrid y este prologuista en Barcelona, empezaron a hacer lo que podían con adolescentes con TCA. Fueron años iniciáticos, bautismales, desarrollados por profesionales declaradamente autodidactas, que se esforzaban por saber lo que sucedía en el mundo civilizado, e iban estableciendo programas terapéuticos no suficientemente verificados (bueno, en gran parte, como ahora), y no tenían más remedio que ir aprendiendo por ensayo y error.

Poco a poco, muy lentamente, algo fue cambiando. Se crearon, y luego difundieron por la piel de toro, asociaciones de familiares de pacientes con TCA. Así se prendió y mantuvo el fuego sagrado de las reclamaciones y denuncias, así como los intentos, con frecuencia ingenuos y bienaventurados, de poner en marcha medidas terapéuticas inexistentes en sus hábitats cercanos. Los medios de comunicación contribuyeron eficazmente, y a veces sensacionalistamente, a difundir la existencia de los TCA, especialmente de anorexia nerviosa. Sus connotaciones culturales cautivaban más que su gravedad clínica y psicosocial. La presión sostenida sobre administradores y políticos consiguió lenta y esporádicamente el desarrollo de recursos asistenciales especializados: en unos lugares más que en otros; en unos sitios bastantes, en otros nada. En eso y así estamos todavía... La ausencia de recursos públicos suficientes ha dado lugar (tristemente para los que defendemos la asistencia pública) al desarrollo de centros privados cada vez más potentes y extendidos.

Paralelamente ha ido aumentado el contingente de sanitarios, clínicos y académicos, especializados en TCA. Psiquiatras, psicólogos y enfermeros especializados fundaron AETCA, y se iniciaron los congresos regulares, y en Barcelona se celebró un congreso internacional de ámbito mundial. Investigaciones españolas han aparecido en revistas internacionales de acreditado impacto. Y varias son las monografías y guías terapéuticas publicadas en las dos últimas décadas. En una notable medida nos hemos puesto al día (pero todavía conviviendo con espacios nocturnos).

Durante todos estos años también han cambiado muchas cosas en el conocimiento de los TCA. Una monografía sobre anorexia nerviosa, pongamos por caso, ya no puede iniciarse diciendo que se trata de una enfermedad de origen desconocido. Eso es lo que se decía y se leía en cualquier manual o artículo hasta bien entrados los años setenta. Ahora sabemos bastante acerca de su origen, de sus causas, y, sobretodo, sabemos que muchos de los supuestos defendidos tradicionalmente carecen de todo sentido. Ahora sabemos que, sin dejar de lado la potente influencia cultural, las disposiciones genéticas implican la mayor parte de la explicación de los TCA. Ahora sabemos que los factores genéticos parecen entrar en acción después de la pubertad, pero no antes. Ahora sabemos que tanto los atracones como el trastorno bulímico no sólo están facilitados por las restricciones alimentarias, sino también por estados emocionales negativos. Ahora sabemos que las influencias familiares más decisivas en el riesgo de TCA se producen durante la infancia y antes de la pubertad. Ahora sabemos que la testosterona generada durante el embarazo de un varón actúa como factor protector de TCA. Ahora sabemos... muchas cosas que antes desconocíamos. Pero todavía queda mucho por descubrir, largo camino por andar. Y en ello estamos.

Y en ello está el libro que el lector tiene en sus manos, en poner de manifiesto la situación actual y los avances que se han generado en los últimos años en distintas áreas del conocimiento relacionadas con los TCA. Se trata de una obra en la que han intervenido, junto algunos de los “patriarcas” españoles de los trastornos alimentarios, toda una serie de profesionales de mucha más reciente incorporación a estas peculiares lides. Se trata de un proyecto, hoy realidad, aparentemente concebido entre clínicos y docentes ubicados alrededor de la Universidad de Burgos y el Hospital Universitario de dicha ciudad. Es para mi altamente satisfactorio dar la bienvenida a iniciativas de este tipo que, desde mi arcaica perspectiva, tanto huelen a juventud (relativa, claro está). Pero parte de mi satisfacción es como muy personal puesto que veo en esta obra el fruto de la simiente plantada en Burgos por personas como Alberto Miján, simiente que conocí de cerca merced a sus invitaciones, de él y de las familias afectadas, para que explicara lo poco que yo podía saber sobre estos temas.

Por su contenido, este libro no es sólo para especialistas clínicos en TCA. Los capítulos dedicados al papel de familiares y educadores, así como a prevención, amplían mucho sus objetivos lectores. La aplicación terapéutica de las nuevas tecnologías, el papel de las distintas comorbilidades, los TCA en varones, son algunos de los temas que han llamado la atención a este lector por su novedad relativa entre nosotros y por su segura utilidad.

La obra, con seguridad, tiene, ha de tener, algunas limitaciones e insuficiencias, claro está. Describirlas y juzgarlas no sería más que dibujar el libro que, quizás, habría escrito yo. Pero ése es mi problema; no el del libro.

El último capítulo se titula *Una mirada desde la esperanza*. ¡Adelante con la mirada y adelante con la esperanza! Si usted ha leído esta especie de prólogo no se detenga: lea el libro

Josep Toro

Profesor Emérito de Psiquiatría. Universitat de Barcelona.

Introducción

Los trastornos de la conducta alimentaria constituyen unas de las patologías más frecuentes y complejas de nuestro tiempo. En la actualidad cada vez estamos más acostumbrados a encontrarnos con preadolescentes, adolescentes e incluso personas en la etapa adulta, que presentan conductas alimentarias inadecuadas o disfuncionales, y que, sin embargo, son apoyadas socialmente. La preocupación por realizar dietas o utilizar productos peligrosos para la salud, con el objetivo de reducir peso y mejorar su satisfacción corporal, forman parte de los hábitos cotidianos de muchas personas, haciendo parecer como “normales” conductas y actitudes hacia la comida que realmente son inadecuadas e incluso problemáticas.

Además las redes sociales, en forma de páginas web como “Ana y Mía”, arropan a personas que sufren TCA haciéndoles creer que sus conductas son un estilo de vida. De esta manera es más complicado que pidan ayuda puesto que no reconocen su enfermedad y el desarrollo del problema es más rápido por la exposición de formas de actuar que pueden ayudar a cronificar la enfermedad.

El presente material didáctico es el resultado de la colaboración desinteresada de profesionales e investigadores, expertos de reconocido prestigio, en el ámbito de los trastornos de la conducta alimentaria y pretende aportar una visión multidisciplinar de dichos trastornos, intentando recalcar las graves consecuencias asociadas a los mismos y la importancia de una intervención temprana. A la visión científica se suma la visión de personas afectadas y de sus familias, con el fin de ahondar y hacernos conscientes de que cualquier persona, sin ningún tipo de distinción, puede desarrollar estas patologías o estar en riesgo de padecerlas y que la sociedad en su conjunto, desde las distintas políticas (sociales, sanitarias, educativas, económicas...) debe hacer un esfuerzo por dar mayor visibilidad a estos trastornos, desarrollando medidas preventivas eficaces.

El enfoque interdisciplinar que ofrece esta obra, propicia que sea de interés para profesionales y estudiantes pertenecientes al ámbito sanitario, educativo o de lo social, así como para personas afectadas por estos trastornos y para sus familiares o para todas aquellas personas que deseen sumergirse en la realidad de los trastornos de la conducta alimentaria.

Listado de colaboradores

Los capítulos que componen esta obra han sido realizados por profesionales e investigadores expertos en el ámbito de los trastornos de la conducta alimentaria. A la visión de la experiencia científica se suma la visión de la experiencia vivida, lo cual posibilita un acercamiento más completo y real. Han colaborado profesionales pertenecientes a muchos y variados ámbitos (psiquiatría, psicología, medicina, enfermería, terapia ocupacional, trabajo social, educación social, docencia universitaria, periodismo...) que muestran en común la gran sensibilidad hacia las personas que presentan estos problemas y sus familias, y su aportación desinteresada a la hora de hacer más visibles estas problemáticas y de dar a conocer la escasez de recursos con los que cuentan muchas asociaciones de familiares de personas con trastornos de la conducta alimentaria. Gracias a todos y cada uno de ellos, esta obra ha sido posible.

Cristina Ballesteros Hernando	Trabajadora Social. Unidad de Hospitalización Psiquiátrica y Unidad de Referencia Regional de TCA de Castilla y León (URTA). Hospital Universitario de Burgos.
Rosa Baños Rivera	Catedrática de Psicología. Universidad de Valencia. Fisiopatología Obesidad y Nutrición (CIBERO-bn). Instituto de Salud Carlos III.
Carmen Bayo Fernández	Psiquiatra Infanto-Juvenil. Hospital Universitario Niño Jesús. Madrid.
Luis Beato Fernández	Jefe de Servicio de Psiquiatría. Hospital General Universitario de Ciudad Real. Profesor Asociado de Psiquiatría. Universidad de Castilla la Mancha.
M^a Cruz Bilbao León	Profesora Titular del Área de Personalidad, Evaluación y Tratamientos Psicológicos. Universidad de Burgos.
María Casas	Escritora y Conferencista. Licenciada en Periodismo por la Universidad IE.

Alfonso Chinchilla Moreno	Presidente de la Sociedad de Psiquiatría de la Comunidad Autónoma de Madrid. Profesor Asociado de Psiquiatría. Universidad de Alcalá de Henares. Madrid. Médico Jefe de Sección de Psiquiatría. Hospital Universitario Ramón y Cajal. Madrid.
Cristina del Río Antón	Psicóloga Especialista en Trastornos de la Alimentación y Trastornos Emocionales. Colaboradora en la Asociación de Familiares Anorexia y Bulimia (ADEFAB). Burgos.
María del Camino Escolar Llamazares	Profesora del Área de Personalidad, Evaluación y Tratamientos Psicológicos. Universidad de Burgos.
Gustavo Faus Boronat	Especialista en Psiquiatría. Director Asistencial del Instituto de Trastornos Alimentarios (ITA).
Laura Franco Rubio	Terapeuta Ocupacional. Servicio de Psiquiatría del Complejo Asistencial Universitario de Burgos. Gerencia Regional de Salud.
Erika García García	Psicóloga Clínica. Unidad de Referencia Regional de TCA de Castilla y León (URTA). Hospital Universitario de Burgos.
Antoni Grau Touriño	Psicólogo. Máster en Terapia Cognitivo-Social. Jefe del área de Conocimiento e Investigación. Instituto de Trastornos Alimentarios. (ITA).
Verónica Guillén Botella	Especialista en Psicología Clínica. Coordinadora de la Unidad de Trastornos de la Personalidad y Trastornos Alimentarios en el Centro PREVI (Psicología y Realidad Virtual). Valencia. Profesora Asociada. Universidad Jaume I.
M^a Luisa Herráiz Serrano	Residente de Psiquiatría de 3er año en Fundación Jiménez Díaz. Madrid.

M^a Mar Herrero Hernando	Psicóloga Especialista en Trastornos de la Conducta Alimentaria, Trastornos de la Personalidad y Trastornos Emocionales. Coordinadora de la Asociación de Familiares Anorexia y Bulimia (ADEFAB). Burgos.
Raúl Iglesias Antolín	Educador Social y Psicopedagogo. Colaborador en la Asociación de Familiares Anorexia y Bulimia (ADEFAB). Burgos
Mercedes Jorquera Rodero	Psicóloga Clínica y Coordinadora del Centro Clínico PREVI (Psicología y Realidad Virtual). Alicante. Profesora Asociada. Universidad Católica Valencia, San Vicente Mártir.
Carmen Juarros García	Enfermera Especialista en Salud Mental. Unidad de Referencia Regional de TCA de Castilla y León (URTA). Hospital Universitario de Burgos.
Jose Heliodoro Marco Salvador	Profesor Agregado de Psicopatología y Trastornos de la Conducta Alimentaria. Universidad Católica Valencia, San Vicente Mártir.
M^a Ángeles Martínez Martín	Profesora Titular del Área de Personalidad, Evaluación y Tratamientos Psicológicos. Universidad de Burgos.
Marta Miragall Montilla	Personal Investigador en Formación del Departamento de Personalidad, Evaluación y Tratamientos Psicológicos de la Universidad de Valencia. Terapeuta en el Servicio de Asistencia Psicológica de la Universitat Jaume I.
Gonzalo Morandé Lavín	Jefe del Servicio de Psiquiatría y Psicología. Hospital Niño Jesús. Madrid.

Conxa Perpiñá Tordera	Catedrática del Departamento de Personalidad, Evaluación y Tratamientos Psicológicos. Universidad de Valencia. Fisiopatología, Obesidad y Nutrición (CIBERObn). Instituto de Salud Carlos III.
Rosa M^a Raich Escursell	Profesora del Departamento de Psicología de la Salud y Psicología Social. Universidad Autónoma de Barcelona.
Teresa Rodríguez Cano	Especialista en Psiquiatría. Hospital General Universitario de Ciudad Real. Profesora Asociada de Psiquiatría. Universidad de Castilla la Mancha.
Pedro Manuel Ruiz Lázaro	Jefe de Sección de Psiquiatra Infanto-Juvenil. Hospital Clínico Universitario Lozano Blesa de Zaragoza. Profesor Asociado de Psiquiatría. Universidad de Zaragoza.
Montserrat Sánchez Povedano	Especialista en Psicología Clínica. Directora General del Instituto de Trastornos Alimentarios (ITA). Barcelona.
Pilar Tejedor Bello	Psiquiatra y Coordinadora de la Unidad de Referencia Regional de TCA de Castilla y León (URTA). Hospital Universitario de Burgos.
Josep Toro Trallero	Especialista en Psiquiatría. Profesor Emérito de la Universidad de Barcelona.

A quién va dirigido este libro

Este libro va dirigido a:

- Profesionales de los diferentes ámbitos sanitarios (psicólogos, psiquiatras, pediatras, médicos, enfermeros, terapeutas ocupacionales,...).
- Profesionales del ámbito de la educación (tutores de infantil, primaria y secundaria, orientadores, maestros de educación especial, educadores sociales,...).
- Profesionales del ámbito de lo social (trabajadores sociales...)
- Padres y familiares de personas con trastornos de la conducta alimentaria.
- Estudiantes de estudios superiores del campo de la educación, la salud y los servicios sociales
- Todas aquellas personas interesadas en profundizar en los trastornos de la conducta alimentaria.

Convenciones generales

Los trastornos de la conducta alimentaria son trastornos graves que pueden llevar a la muerte o poner en grave peligro la vida de las personas. Son patologías mentales que no sólo afectan gravemente a las personas que las padecen sino que interfieren drásticamente en el funcionamiento familiar. Son problemáticas que deben ser tratadas con la seriedad que merecen, que requieren de una intervención multidisciplinar, con el fin de evitar su cronicidad, y de medidas preventivas eficaces.

La obra que tenemos en las manos pretende hacer visible la realidad de los trastornos de la conducta alimentaria, de su alarmante presencia en todos los estadios evolutivos (infancia, adolescencia, adultez temprana o tardía e, incluso, vejez) pero sobre todo en la preadolescencia y adolescencia, del considerable aumento que ha experimentado en la población masculina, de la importancia de la detección, diagnóstico e intervención precoces, así como de la prevención, de cómo estos trastornos suelen venir asociados a otros. Procura indagar en las causas, en las modalidades de intervención, en la aplicación de las nuevas tecnologías al tratamiento, en el papel de las familias y de la educación... para finalmente llevarnos a descubrir que son patologías que se pueden superar.

La obra se estructura en 20 capítulos, a partir de los cuales vamos adentrándonos en este mundo complejo, controvertido y ciertamente

poco conocido de los trastornos de la conducta alimentaria, intentando eliminar mitos e ideas erróneas sobre estas patologías muy oídas en los medios de comunicación e incluso en la vida real pero desconocidas desde el momento que se les intenta negar su categoría de trastorno mental, asumiendo que se trata más de un capricho que de una enfermedad.

El capítulo primero nos aproxima a los trastornos de la conducta alimentaria, intentando dar respuesta a la cuestión ¿a qué nos referimos cuando hablamos de trastornos de la conducta alimentaria? El segundo nos posibilita conocer las causas, lo cual se complementa con el tercero que ahonda en la evaluación de los mismos. El cuarto capítulo nos aporta conocimientos básicos clínicos, diagnósticos y terapéuticos de los trastornos de la conducta alimentaria, concretamente de la anorexia y bulimia nerviosas. Los capítulos siguientes abordan estos trastornos en la infancia y adolescencia (capítulo cinco) y en la población masculina (capítulo seis). Los capítulos siete y ocho se centran en un aspecto de gran interés como es el de la comorbilidad, en el siete se habla de la comorbilidad con los trastornos depresivos y de ansiedad y en el ocho con los trastornos de personalidad. Los sucesivos capítulos hacen referencia a la intervención, la intervención en unidades especializadas (capítulo nueve), la hospitalización (capítulo diez), el uso de las nuevas tecnologías en el tratamiento (capítulo once), la intervención con familias de personas que presentan estos trastornos (capítulo doce) y la intervención en la crianza de hijos de pacientes con trastornos de la conducta alimentaria (capítulo trece). La educación juega un papel importantísimo en la prevención e intervención de estas patologías, por ello el capítulo catorce nos ofrece una visión de la labor de la escuela de padres ante estos problemas. El tener un hijo/a o un familiar cercano con esta problemática resulta muy duro, muchas veces no se sabe cómo actuar, que hacer, qué decir ante las conductas alimenticias que se observan, ante la negación constante, ante las conductas desafiantes... por ello las familias necesitan de otras familias, lo cual se aborda en el capítulo quince, el papel de las asociaciones en la atención a las personas con trastornos de la conducta alimentaria. Ya en la recta final, la obra dirige su interés hacia la prevención, centrándose primeramente en la prevención de los trastornos de la conducta alimentaria y los diversos ámbitos de actuación (capítulo dieciséis), para posteriormente abordar la prevención integrada de la obesidad y los trastornos de la conducta alimentaria (capítulo diecisiete), la prevención de los trastornos de la conducta alimentaria desde el contexto educativo (capítulo dieciocho) y los trastornos de la conducta alimentaria en el contexto universitario (capítulo diecinueve). El libro finaliza con una mirada a la esperanza (capítulo veinte) haciéndonos reflexionar sobre cómo las personas con trastornos de la conducta alimentaria pueden salir del túnel y la oscuridad que supone su enfermedad.

Índice general

Prólogo por Josep Toro Trallero	5
Introducción	7
Listado de colaboradores por capítulo.....	9
¿A quién va dirigido el libro?.....	13
Convenciones generales.....	13
Índice general	15

CAPÍTULO 1

¿A qué nos referimos cuando hablamos de Trastornos de la Conducta Alimentaria?

25

por Luis Beato, M.^a Luisa Herráiz y Teresa Rodríguez

Curriculum	24
1. Introducción	25
2. Trastornos de la conducta alimentaria como enfermedad.....	26
2.1 Dolencia y enfermedad	26
2.2 Concepto de enfermedad.....	28
2.3 La enfermedad mental.....	30
2.4 La identificación de los “endofenotipos” y el “mapeo de circuitos neuronales”... ..	35
2.4.1 Endofenotipos	36
2.4.2 Mapeo de circuitos neuronales.....	36
2.5 La patofisiología de los trastornos alimentarios	36
3. Trastornos de la conducta alimentaria en una perspectiva psicosocial.....	40
3.1 El trastorno alimentario como “conducta orientada a unas ganancias”	42
3.2 El trastorno alimentario como “el resultado de la historia vital”	43
4. Conclusiones.....	43
5. Referencias bibliográficas.....	45

Capítulo 2

Los trastornos alimentarios y sus causas.....

49

por Rosa M.^a Baños y Marta Miragall

Curriculum	50
1. Introducción	51
2. Factores determinantes del desarrollo de los trastornos alimentarios.....	52
2.1 Factores predisponentes	53
2.1.1 Factores individuales	53
2.1.2 Factores familiares	57
2.1.3 Factores socioculturales.....	58
2.2 Factores precipitantes.....	59
2.2.1 Dificultades y eventos vitales adversos.....	59
2.2.2 Insatisfacción corporal	60
2.2.3 Realización de dieta	61

2.3 Factores de mantenimiento	62
2.3.1 Síntomas derivados de la inanición.....	62
2.3.2 Realización de actividad física excesiva.....	63
2.3.3 Reacciones de la familia	63
2.3.4 Insatisfacción corporal.....	64
3. Modelos explicativos de los trastornos alimentarios	65
3.1 Explicaciones para la Anorexia Nerviosa	65
3.1.1 Primera generación de teorías cognitivas	66
3.1.2 Segunda generación de teorías cognitivas	68
3.1.3 Teorías interpersonales	72
3.2 Explicaciones para la Bulimia Nerviosa.....	73
3.2.1 Modelo adictivo	74
3.2.2 Modelo del atracón condicionado.....	75
3.2.3 Modelo espiral de la restricción dietética	76
3.2.4 El modelo de doble vía	77
3.2.5 Teoría cognitivo-conductual de Fairburn.....	78
3.2.6 El modelo cognitivo de Cooper, Wells y Todd (2004)	80
3.3 Teoría Transdiagnóstica de los Trastornos Alimentarios	82
4. Conclusiones	85
5. Referencias bibliográficas.....	86

Capítulo 3

Evaluación de los trastornos alimentarios..... 97

por Rosa María Raich

Curriculum	98
1. Evaluación de trastornos alimentarios: diagnóstico.....	99
2. Factores a evaluar	105
2.1 Peso corporal.....	105
2.2 Evaluación de la conducta alimentaria	106
2.3 Evaluación de la imagen corporal.....	111
2.4 Evaluación de la patología asociada	118
2.5 Aspectos biomédicos.....	118
2.5.1 En Anorexia Nerviosa	118
2.5.2 En Bulimia Nerviosa.....	119
3. Referencias bibliográficas.....	120

Capítulo 4

Conocimientos básicos clínicos, diagnósticos y terapéuticos de los TCA: anorexia y bulimia 125

por Alfonso Chinchilla

Curriculum	126
1. Introducción	127
2. Aspectos clínicos y diagnósticos.....	133
3. Aspectos terapéuticos.....	143
3.1 Organigrama asistencial	144
4. Referencias bibliográficas.....	169

Capítulo 5

Trastornos alimentarios en la infancia y la adolescencia 173

por Gonzalo Morandé

Curriculum	174
1. Introducción	175
1.1 Alimentación y ciclo vital	175
1.2 Temperamento y vínculo o apego	175
1.3 La corporalidad	176
1.4 Patologías psicosomáticas	176
1.5 La función maternal	177
1.6 Trastornos alimentarios infantiles, prepuberales y del adolescente	177
1.7 Pica	178
1.8 Rumiación o mericismo	178
2. Trastornos alimentarios en la infancia	178
2.1 La Anorexia Nerviosa Infantil	179
2.2 Internos de Pediatría en el Hospital Calvo Mackenna	179
2.3 Ampliación de los criterios diagnósticos: Chatoor	180
2.4 Los incunables	180
2.5 Incompetencia maternal, abuelas sustitutas	181
2.6 Diferencias individuales en el Nido del Hospital de Cruz Roja de Madrid	181
2.7 Grupo de niños inapetentes obsesionados con la comida	182
2.8 Trastornos alimentarios infantiles del Hospital del Niño Jesús	182
3. Trastornos alimentarios prepuberales y premenarquiales	183
3.1 Formas Clínicas	184
4. Trastornos alimentarios en adolescentes (TCAA)	185
4.1 Formas Clínicas	185
4.2 Enfermedades de curso prolongado	186
4.3 TCA y Personalidad	187
4.4 Algunos datos epidemiológicos	187
4.5 Los TCA enfermedad vincular	189
5. Referencias bibliográficas	189

Capítulo 6

Trastornos de la conducta alimentaria en varones ... 191

por Gustavo Faus

Curriculum	192
1. Introducción	194
2. Epidemiología	195
2.1 Implicaciones de los cambios del DSM-IV al DSM-5 para los varones	196
3. Factores de riesgo	197
3.1 Métodos de control de peso	197
3.2 La insatisfacción corporal	198
3.3 La presión sociocultural	199
3.4 TCA en varones y dismorfia muscular	200
3.5 Orientación sexual	202
3.6 Historia de obesidad	203
4. Características clínicas de los TCA en varones	204

5. Tratamiento	206
6. Pronóstico	207
6.1 Mortalidad.....	208
7. Referencias bibliográficas.....	208

Capítulo 7

TCA y su comorbilidad con los trastornos depresivos y de ansiedad 215

por María del Camino Escolar

Curriculum	216
1. Introducción	217
2. ¿Cómo cursan la ansiedad y la depresión con los trastornos del comportamiento alimentario?	218
2.1 Ansiedad y trastornos de la alimentación.....	218
2.1.1 Comorbilidad entre los trastornos de la conducta alimentaria y los trastornos de ansiedad.....	218
2.1.2 Relaciones causa-efecto entre la ansiedad y las patologías alimentarias.....	219
2.2 Depresión y trastornos de la conducta alimentaria	220
3. Clínica de la anorexia nerviosa: ansiedad y depresión	222
3.1 Anorexia nerviosa y ansiedad	222
3.2 Anorexia nerviosa y depresión.....	224
4. Clínica de la bulimia nerviosa: ansiedad y depresión.....	225
4.1 Bulimia nerviosa y ansiedad	226
4.2 Bulimia nerviosa y depresión.....	227
5. Conclusiones	229
6. Referencias bibliográficas.....	229

Capítulo 8

Trastornos alimentarios y trastornos de la personalidad 233

por Verónica Guillén

Curriculum	234
1. Introducción	235
2. Los trastornos de la personalidad.....	235
2.1 Prevalencia y curso de los trastornos de la personalidad.....	238
2.2 El trastorno límite de la personalidad	240
2.3 Comorbilidad de los trastornos alimentarios y los trastornos de la personalidad	241
2.4 Situación actual del tratamiento de los trastornos de la personalidad en España	243
3. La evaluación	245
4. El tratamiento	249
4.1 Tratamientos basados en la evidencia para los TA y los TP	249
4.1.1 Otros tratamientos para pacientes con TLP que han recibido apoyo empírico:	253

4.2 Dispositivos multidisciplinares	254
4.3 El abordaje conjunto de los TP y TA.....	257
5. Referencias bibliográficas	262

Capítulo 9

Intervención desde la Unidad de Especialización

(URTA)..... 273

por Pilar Tejedor, Erika García, Carmen Juarros, Laura Franco
y Cristina Ballesteros

Curriculum	274
1. ¿Qué es la URTA?.....	275
2. Formas de derivación	275
3. Recursos	277
3.1 Humanos	277
3.2 Materiales.....	278
4. Cronograma de actuación terapéutica en la URTA	278
5. Intervención terapéutica específica	279
5.1 Intervención de la enfermera URTA	280
5.2 Intervención del psiquiatra URTA.....	282
5.3 Intervención del psicólogo URTA.....	285
5.4 Intervención del equipo de Medicina Interna-Nutrición Clínica URTA.....	289
5.5 Intervención del terapeuta ocupacional URTA	293
5.6 Intervención del trabajador social URTA.....	296
6. Criterios de alta hospitalaria	299
7. Referencias bibliográficas	299

Capítulo 10

Hospitalización en trastornos alimentarios 301

por Montserrat Sánchez y Antoni Grau

Curriculum	302
1. Introducción	303
2. Criterios de decisión de hospitalización	304
2.1 Criterios de decisión:	305
3. Composición del equipo	307
4. Principios orientadores de un modelo de hospitalización en TCA	309
4.1 La hospitalización como componente de una red de continuidad de cuidados ...	309
4.2 Intervención sobre todas las áreas disfuncionales	310
4.3 Personalización de los tratamientos	310
4.4 Enfoque multisistémico del tratamiento en hospitalización	311
5. Programa de tratamiento	311
5.1 Objetivos	311
5.2 Principales intervenciones	314
5.2.1 Psicológicas.....	315
5.2.2 Médica y nutricionales/dietéticas.....	316
5.2.3 Psiquiátricas	321
5.2.4 Sociales	323

5.2.5 Pedagógicas.....	324
5.3 Rehabilitación e inclusión psicosocial.....	324
6. Intervención multisistémica.....	326
6.1 Familia.....	326
6.2 Escuela/Instituto/Universidad.....	329
6.3 Trabajo.....	330
6.4 Servicios sociales.....	330
7. Criterios de alta.....	331
8. Plan de seguimiento al alta (incluir familias y entorno).....	332
9. Referencias bibliográficas.....	334

Capítulo 11

La utilización de las nuevas tecnologías en el tratamiento de los TCA 337

por José Heliodoro Marco

Curriculum.....	338
1. La imagen corporal.....	339
2. Las alteraciones de la IC en los TCA.....	340
2.1 Alteraciones en la percepción y valoración de las dimensiones corporales.....	340
2.2 Actitudes, pensamientos y creencias sobre su cuerpo.....	341
2.3 Alteraciones comportamentales.....	342
3. Importancia de las alteraciones de la IC en los TCA.....	343
4. Tratamientos de las alteraciones de la IC en los TCA.....	343
5. La realidad virtual.....	344
5.1 Aplicaciones de la Realidad Virtual en los TCA.....	346
6. Terapia cognitivo-comportamental para los TCA mejorada con un componente específico para la imagen corporal utilizando realidad virtual.....	346
7. Eficacia del programa.....	356
8. Referencias bibliográficas.....	357

Capítulo 12

Intervención en familiares de pacientes con trastornos alimentarios..... 363

por Mercedes Jorquera

Curriculum.....	364
1. Introducción.....	365
2. Programa de intervención para familiares de pacientes con TCA.....	366
2.1 Intervención individual.....	366
2.2 Intervención grupal.....	368
2.2.1 Psicoeducación acerca del trastorno alimentario.....	369
2.2.2 Cambio de actitudes en los padres.....	372
2.2.3 Identificación de mitos/creencias erróneas acerca de la enfermedad.....	373

2.2.4 Entrenamiento en el manejo de emociones: ¿Qué tipo de cuidadores somos?	375
2.2.5 ¿Cómo reaccionamos? Conductas	375
2.2.6 ¿Cómo reaccionamos? Emociones	375
3. Referencias bibliográficas	376

Capítulo 13

Intervención en la crianza de los hijos de pacientes

con TCA 379

por Carmen Bayo

Curriculum	380
1. Primera viñeta	381
2. Segunda viñeta	384
3. Tercera viñeta	386
4. Conclusiones	388
5. Referencias bibliográficas	388

Capítulo 14

Escuela de padres y trastornos de la conducta

alimentaria..... 389

por Raúl Iglesias

1. ¿Qué trabajamos en la escuela de padres?	392
1.1 Desangustiar	394
1.2 Contextualizar el problema	394
1.3 Informar sobre la enfermedad	395
1.3.1 Causas	396
1.3.2 Consecuencias de la enfermedad	396
2. Recursos disponibles	400
2.1 Límites y responsabilidades	401
2.2 Control de las emociones	401
2.3 Quién cuida al cuidador	402
2.4 Habilidades sociales	403
2.5 Habilidades de comunicación	403
2.6 Educación en valores	405
2.7 Sobre la alimentación y el cuerpo	405
3. Estrategias dirigidas a los padres. Recomendaciones prácticas	406
3.1 Para conseguir que se deje ayudar	406
3.2 La comunicación	406
3.3 Lo que los familiares y allegados no deberían hacer	407
3.4 Qué hacer ante la insatisfacción corporal	408
3.5 Qué hacer ante el perfeccionismo	408
3.6 Qué pueden hacer ante la baja autoestima	408
3.7 Qué pueden hacer los padres ante la impulsividad	409
3.8 Qué pueden hacer los padres ante la baja tolerancia a la frustración	409
3.9 Qué pueden hacer los padres ante la idea de fracaso	409
3.10 Qué pueden hacer los padres ante la necesidad de control	409
3.11 Grupos de autoayuda-Grupos de padres	410
4. Referencias bibliográficas	412

Capítulo 15

Papel de las asociaciones en la atención a personas

con TCA 413

por Cristina del Río

Currículum	414
1. Introducción	415
1.1 ¿Qué es una asociación?	415
1.2 Atención centrada en el paciente.....	416
2. Situación actual de las asociaciones en España	417
3. Asociaciones de trastornos de alimentación	419
4. Principales funciones de las asociaciones.....	420
4.1 Funciones relacionadas con las Administraciones Públicas	421
4.1.1 Obtener recursos, prestaciones y ayudas que mejoren la calidad de vida de los pacientes.....	421
4.1.2 Asesorar y colaborar en campañas sanitarias.....	421
4.2 Funciones relacionadas con los pacientes y sus familias.....	421
4.2.1 Información sobre la enfermedad, diagnóstico y tratamiento.....	421
4.2.2 Ofrecer alternativas terapéuticas.....	422
4.2.3 Actividades complementarias al tratamiento	422
4.2.4 Centros especialmente orientados a las necesidades de los pacientes	423
4.2.5 Grupos de ayuda mutua para familiares.....	423
4.2.6 Formación	423
4.3 Funciones relacionadas con el entorno social.....	424
4.3.1 Prevención primaria	424
4.3.2 Medios de comunicación	424
4.3.3 Concienciación acerca de la enfermedad y sus consecuencias	425
4.3.4 Denuncia social	425
4.3.5 Formación de profesionales	426
4.3.6 Fomentar la investigación	427
5. Perspectivas de futuro	427
6. Referencias bibliográficas.....	429

Capítulo 16

Prevención de los trastornos de la conducta

alimentaria y los diversos ámbitos de actuación 431

por Pedro Manuel Ruíz

Currículum	432
1. Introducción	433
2. Factores de riesgo de TCA.....	436
3. Promoción de la salud y tipos de prevención.....	438
3.1 Promoción de la salud.....	438
3.2 Tipos de Prevención.....	439
4. Metodología y modelos de prevención en los diferentes ámbitos	442
4.1 Prevención primaria	442
4.2 Prevención secundaria	454
4.3 Prevención terciaria	455
4.4 Áreas en desarrollo	455
5. Programas internacionales de prevención de TCA	457

6. Prevención de los trastornos alimentarios en España	459
7. Prevención conjunta de TCA; sobrepeso y obesidad	464
8. Conclusiones	466
9. Referencias bibliográficas	467

Capítulo 17

Prevención integrada de la obesidad y los TCA..... 477

por Conxa Perpiñá

Currículum	478
1. Trastornos alimentarios y de la ingesta de alimentos y obesidad	479
2. Entorno proclive a la obesidad, ¿sólo obesogénico?	481
3. Entorno tóxico: factores de riesgo comunes en TA y obesidad	484
4. Políticas de prevención integrada	488
5. Referencias bibliográficas	499

Capítulo 18

Prevención de los TCA en el contexto educativo..... 503

por M.^a del Mar Herrero y M.^a Ángeles Martínez

Currículum	504
1. Introducción	505
2. Prevención en el contexto educativo	508
3. Acciones preventivas dirigidas al alumnado	510
3.1 Los estudiantes de secundaria, un grupo de riesgo	510
3.2 Un programa de prevención en las aulas	511
3.2.1 Planificación y desarrollo del Taller	513
3.2.2 Evaluación	521
4. Acciones preventivas dirigidas a padres y profesores	524
5. Acciones preventivas dirigidas a monitores de ocio y tiempo libre	526
6. Conclusiones	527
7. Referencias bibliográficas	529
ANEXO 1. Dibujo de la figura ideal humana (ejemplo: Dibujo de chica)	532
ANEXO 2. Dibujo de la figura ideal humana (ejemplo: Dibujo de chico)	533

Capítulo 19

Los trastornos de la conducta alimentaria en el contexto universitario..... 535

M.^a Ángeles Martínez y M.^a Cruz Bilbao

Currículum	536
1. Introducción	537
2. Los trastornos de la conducta alimentaria en el contexto universitario	540

3. Factores de riesgo de los trastornos de la conducta alimentaria en la población universitaria	543
3.1 Hábitos alimentarios	544
3.2 Sobre peso y obesidad.....	546
3.3 Preocupación por la imagen corporal	547
4. Rendimiento académico y TCA.....	548
5. Vida social y trastornos de la conducta alimentaria.....	557
6. Caminando de la mano.....	559
7. Referencias bibliográficas	562

Capítulo 20

Una mirada desde la esperanza 565

por María Casas

Curriculum	566
1. Introducción	567
2. La sombra de Peter Pan.....	569
3. Cuando los ángeles lloran	581
4. Actualidad	590