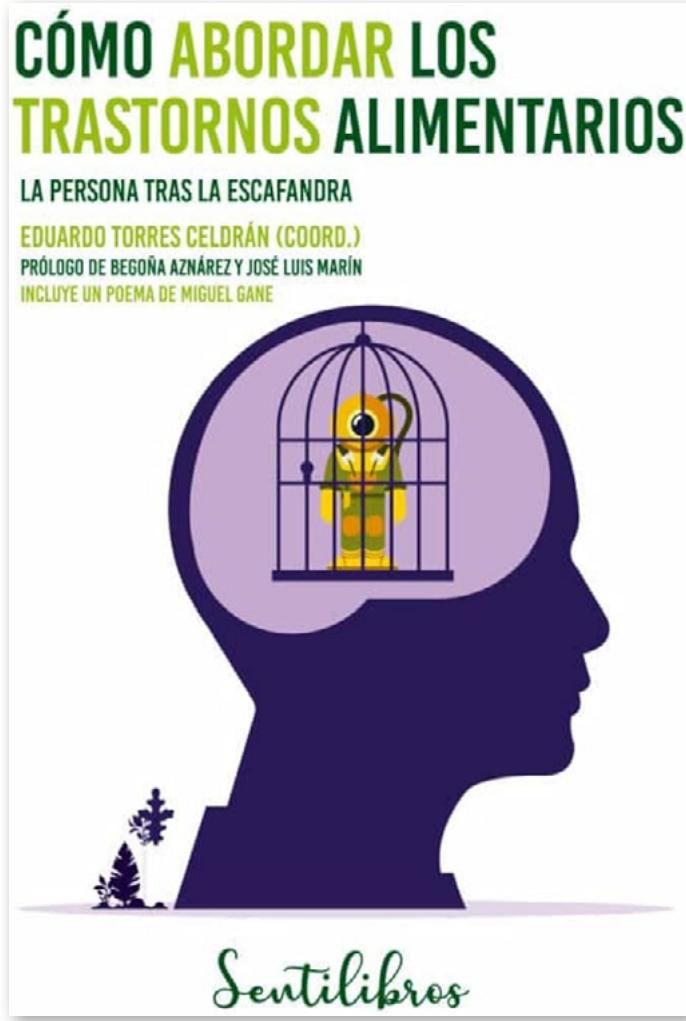


**Torres Celdrán, E. (Coord.) (2023).  
Cómo abordar los trastornos alimentarios.  
La persona tras la escafandra.**

Mercedes Bermejo Boixareu  
Psicóloga Sanitaria, Madrid

**Hacia una visión contemporánea de los  
Trastornos Alimentarios**



El libro “Cómo abordar los trastornos alimentarios. La persona tras la escafandra”, coordinado por Eduardo Torres, es una obra que ofrece una visión actualizada y completa sobre los trastornos alimentarios (TA). Escrito por un equipo de expertos en el campo de la psicología clínica y la psiquiatría, el libro aborda los aspectos más relevantes de los TA, desde la evolución diagnóstica hasta las consideraciones previas al tratamiento, pasando por cuestiones básicas en su tratamiento. Este libro ofrece una visión actualizada y completa de los aspectos más relevantes de los trastornos alimentarios, y proporciona herramientas prácticas para el tratamiento de estos trastornos. Además, el libro destaca la importancia de una evaluación exhaustiva y multidisciplinaria para el tratamiento efectivo de los TA, haciendo hincapié en la importancia de una buena relación terapéutica para el éxito del tratamiento.

Es una obra de referencia dividida en dos bloques, uno para familiares de personas que padecen estos problemas y otro dirigido para profesionales de la salud mental que trabajan con estas problemáticas. Ofrece una visión actualizada y completa de los aspectos más relevantes de los TA, y proporciona herramientas prácticas para su abordaje. Además, el libro es de fácil

Mercedes Bermejo Boixareu  [0000-0002-3062-4047](https://doi.org/10.5093/cc2023a19) es Psicóloga Sanitaria.

 Este es un artículo Open Access bajo la licencia CC BY-NC-ND.

lectura y está escrito en un lenguaje claro y accesible, lo que lo hace adecuado para aquellas personas que quieran introducirse en esta temática. En resumen, ““Cómo abordar los trastornos alimentarios. La persona tras la escafandra” “ es una obra imprescindible para cualquier profesional que trabaje con pacientes con trastornos alimentarios.

En el presente artículo haremos un análisis del bloque dirigido a profesionales. Este apartado se inicia con un análisis sobre la evolución diagnóstica de los TA, desde la descripción clínica hasta la clasificación actual. En esta sección, los autores hacen una revisión histórica de los TA, desde los primeros casos descritos en la literatura médica hasta la actualidad. Se discuten las diferentes clasificaciones de los TA, desde la primera edición del Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales (DSM) hasta la quinta edición, y se analizan las fortalezas y debilidades de cada una de ellas. Además, se discuten los criterios diagnósticos actuales para los TA, incluyendo la anorexia nerviosa, la bulimia nerviosa y el trastorno por atracón. Emilio Compte es el encargado de dar luz a cuestiones que nos van a ayudar a entender como ha evolucionado la visión profesional de estos problemas y haciendo hincapié en la evolución de conceptos de interés aplicado como la anorexia inversa o la dismorfia corporal en varones.

La segunda parte del libro, Eduardo Torres aborda aquellas consideraciones previas al tratamiento de los TA. En esta sección, se discute sobre algunos de los riesgos a la hora de conceptualizar este problema solo desde la conducta alimentaria, haciendo una invitación al lector a mirar más allá del síntoma para conceptualizar estos problemas tan complejos. Esta propuesta incorpora la perspectiva de la psicoterapia emocional sistémica (PES) que permite a los profesionales centrar sus hipótesis de trabajo incorporando una visión sistémica, en clave emocional. Desde la PES se hace una propuesta de encuadre clínico considerando aspectos habituales de la evaluación psicológica. Asimismo, se hace hincapié en la importancia de una evaluación exhaustiva y multidisciplinaria para el tratamiento efectivo de los TA. Además, se discuten las diferentes herramientas de evaluación disponibles para los profesionales de la salud mental que trabajan con pacientes con TA.

La tercera parte del libro se centra en cuestiones básicas en el tratamiento de los TA. En esta sección, Robin Rica aborda problemas y soluciones habituales en la intervención con esta problemática. Ahonda en tres elementos imprescindibles que deben estar presentes en el abordaje, especialización, extensión e intensidad. Desde esta premisa se pasa por fases trasversales en todos los procesos psicoterapéuticos con personas que padecen TA, la motivación al cambio, el manejo del síntoma, del peso o la coordinación con otros profesionales.

Por último, Natalia Seijo nos ilustra sobre la disociación, el yo rechazado y la imagen corporal, un abordaje que no suele incorporarse en manuales y tratamientos y que, a la vista de los últimos avances científicos, es imprescindible en estas problemáticas si queremos mejorar los resultados de la psicoterapia. La autora proporciona herramientas prácticas para trabajar con la disociación en el contexto del tratamiento de los TA y nos comparte un protocolo de intervención para trabajar el yo rechazado. El capítulo está complementado con casos prácticos que nos ayuda a aterrizarlo a la práctica.

El bloque dirigido a profesionales hace hincapié, en líneas generales, en la importancia de una evaluación exhaustiva y multidisciplinaria para el tratamiento efectivo de los TA. El objetivo es promover una perspectiva emocional sistémica de estos problemas que prevenga a los pacientes de los efectos iatrogénicos de una perspectiva “sintomatocentrista” y permita a los profesionales adoptar una mirada biopsicosocial para realizar un abordaje multidisciplinar. Recalca la importancia de la especialización de los profesionales y da algunas de las claves para un abordaje integral.

El libro está complementado por testimonios de pacientes y profesionales que nos cuentan sus experiencias durante los procesos terapéuticos. Además, cuenta con dos capítulos donde los profesionales de más prestigio responden a las dudas de familiares y profesionales para ayudarles a acompañar a estas personas como realmente necesitan.

En conclusión, ““Cómo abordar los trastornos alimentarios. La persona tras la escafandra””, coordinado por el psicólogo sanitario, Eduardo Torres, es una obra que combina la teoría y la práctica en el tratamiento de los TA. Los autores son expertos en diferentes áreas de la salud mental, lo que permite una visión completa y holística de los TA. Este libro es una obra imprescindible para cualquier profesional que trabaje con pacientes con TA.