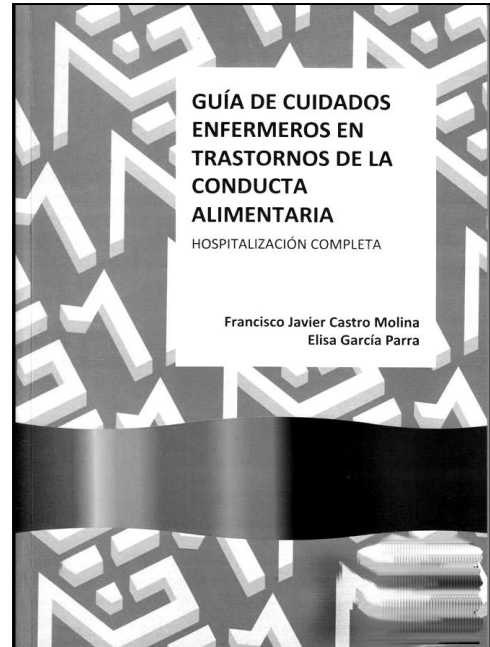




*Index de Enfermería* publicará en esta sección cuantas reseñas bibliográficas tengan a bien enviarnos sus lectores y colaboradores. Aunque esta sección está destinada a reseñar materiales de reciente edición, también incluirá otros trabajos no tan recientes que por su interés y su escasa circulación merezca la pena dar a conocer a los lectores.



## ANOREXIA Y BULIMIA

### GUÍA DE CUIDADOS ENFERMEROS EN TRASTORNOS DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA. HOSPITALIZACIÓN COMPLETA

F.J. CASTRO MOLINA, E. GARCÍA PARRA

ASOCIACIÓN NACIONAL DE ENFERMERÍA DE SALUD MENTAL (ANESM)  
MADRID, 2013; 71 PÁGS.

Los ideales de belleza establecidos por las distintas sociedades son un factor importante que marca ciertos patrones físicos y de imagen corporal. Estos ideales de belleza suponen una alta presión sobre todos los miembros de la población. Quienes poseen las características del modelo tienen razones para autovalorarse positivamente, mientras que los que se apartan de él suelen tener una baja autoestima.

Siempre ha habido criterios estéticos, las sociedades han establecido sus propios cánones, y la belleza ha sido muy bien valorada. La televisión y las revistas

transmiten tanto implícita como explícitamente estos preceptos estéticos; de cada cuatro mensajes publicitarios -por ejemplo- uno invita directa o indirectamente a perder peso o asocian belleza, éxito y felicidad con delgadez. Este mensaje es sistemático y consistente, no es sorprendente entonces que sean asumidos por parte de muchos.

En las últimas décadas los Trastornos de la Conducta Alimentaria (TCA), como son la Anorexia Nerviosa y la Bulimia Nerviosa, han generado una importante atención social e investigadora, analizando la etiología, clínica asociada, tratamientos eficaces, etc., ya que actualmente el impacto en toda la esfera biopsicosocial no solo del paciente sino de la familia está siendo devastador en nuestra sociedad.

Con la publicación de este tipo de guías estandarizadas de cuidados enfermeros como la que nos presentan los autores, hace que el cuidado en la prevención y tratamiento de las personas con trastornos de la conducta alimentaria tanto del profesional como del cuidador principal esté apoyado por una serie de recomen-

daciones sobre la actuación a seguir, sobre los mejores cuidados a implantar y ayuda a seleccionar las más adecuadas opciones terapéuticas y diagnósticas.

Esta guía bien podría decirse que debería ser un libro de bolsillo a la hora de enfrentarnos con este tipo de trastornos multicausales. Proporciona a los profesionales sanitarios encargados de la asistencia a personas afectadas de alteraciones de la conducta alimentaria una herramienta que permite tomar las mejores decisiones sobre los problemas que plantea su atención.

Elaborada por dos enfermeros con una amplia experiencia con este tipo de pacientes y bajo el respaldo de la Asociación Nacional de Enfermería de Salud Mental (ANESM) exponen de forma clara y concisa tres capítulos: los criterios diagnósticos, los diferentes niveles de actuación y por último las diferentes estrategias de intervención enfermera en los trastornos de la conducta alimentaria donde a su vez diferencian tres apartados las herramientas útiles para su valoración, la taxonomía NANDA-NIC-NOC con los diagnósticos más frecuentes y la

## BIBLIOTECA DE ACTUALIDAD COMENTADA

descripción de las tres fases con su evaluación de la terapia cognitivo-conductual de Fairburn. Cabe destacar los anexos incluidos ya que no solo son específicos del trastorno al que va dirigido el escrito sino también a hábitos y costumbres insalubres, carga del cuidador, actividades básicas e instrumentales de la vida diaria... lo cual hacen fomen-

tar el cuidados holístico de la persona a tratar.

Raich Torras y Figueras en 1996 dijeron que "la imagen corporal es un constructo que implica lo que uno piensa, siente y cómo se percibe y actúa en relación a su propio cuerpo" de ahí la importancia de guías como la que se nos presenta donde una actuación adecuada, con

estrategias de comportamiento para la toma de decisiones acertadas y seguras en los trastornos de la conducta alimentaria mejora la calidad de nuestros cuidados tanto al paciente como a la familia. *Paloma Calero Marín de Villodres* (martindevillodres@hotmail.com).

### AL FINAL DE LA VIDA

#### CUIDAR Y ACOMPAÑAR HASTA EL FINAL

VR. MACÍA SECO

EDIT. AYUNTAMIENTO DE SANTANDER

SANTANDER, 2008; 166 PÁGS.

Soy profesional sanitario pero además soy hija de un padre con una enfermedad considerada rara que es incurable, en su momento fue una situación dura y difícil de afrontar por todos, pienso que la hemos llegado a aceptar, pero los miedos, la inseguridad, la culpabilidad de no saber si actuamos bien, el qué pasará, persisten ahí. Como enfermera, en numerosas ocasiones me he planteado cómo ayudar a familias que conviven con enfermos en situación similar o terminal, y pienso que si no soy capaz de ver el presente afrontando el futuro según la persona y no la teoría de la enfermedad, nunca seré capaz de ayudarles como realmente necesitan.

Ha sido para mí una gran sorpresa y satisfacción encontrarme con este libro. Bien podría ser facilitado a los familiares de los pacientes con estas características desde el diagnóstico de la enfermedad ya que te ayuda a asimilar, comprender, acompañar, organizarse, cuidarse y mantenerse estable ante un proceso que es irreversible.

El autor plantea el libro como un viaje, con símiles en los personajes, intenta con gran acierto que nos veamos reflejados en la historia que nos cuenta donde Julián es nuestro familiar o paciente y Marta la cuidadora principal. Es la historia de cómo acompañar hasta el final: "el viaje que ha emprendido una persona querida que camina hacia su final y el que has emprendido tú junto a ella, para acompañarla en este trayecto y ayudarla en lo que precise". Está dirigido a aquellas personas, familiares o cuidadoras,

que acompañan a un enfermo en la última etapa de su vida, con el objetivo de que conozcan las distintas etapas psicológicas por las que puede pasar el enfermo, sepan cómo actuar en cada una de ellas y aprendan a proporcionarle los cuidados más adecuados.

Podría ser considerada un guía de apoyo donde el autor la divide en varios capítulos, desde el diagnóstico de la enfermedad terminal hasta sus últimos días. Nos habla de los sentimientos de la persona cercana y querida que comparte con él su vida y le cuida, para seguidamente intentar comprender a la persona protagonista de este proceso: sus sentimientos, sus emociones y su proceso de adaptación. El autor nos hace hincapié en la importancia de una escucha activa sin forzar, sin juzgar y sin estar obligados a contestar; en el siguiente capítulo nos plantea los síntomas físicos que puede llegar a sufrir y sus cuidados, de como la teoría hay que adaptarla a la persona, que no hemos de forzar una actividad para la cual ya no están en las mejores condiciones, ellos marcarán el camino siendo lo principal la paciencia y el cariño transmitido, y por último nos habla de sus últimos días, de los cuidados que puede precisar, de cómo actuar. Además nos introduce otros personajes en historias paralelas para que nos demos cuenta que en este camino no estamos solos, que podemos aprender de los errores y aciertos de otros, por ejemplo nos habla de cómo evitar que el cuidador principal pueda adoptar sucesivamente los papeles de víctima, salvador y perseguidor y las consecuencias que el triángulo puede generar.

Por otro lado, como epílogo al final del libro el autor insiste en que en los cuidados es fundamental la cercanía, el cariño y el afecto; realza el verdadero valor de los cuidados y por último hace

referencia a cómo afrontar la situación ante la presencia de niños, algo por lo que todos hemos pasado en primera o tercera persona.

No he podido evitar en más de una ocasión la emoción al descubrir una respuesta, al leer un sentimiento que quizás no he sabido o querido expresar. Me ha reconfortado cerrar la última de sus páginas y tener la sensación de haber aprendido, de haber asimilado conceptos que antes tenía en el aire, de tener la sensación de poder hacerlo bien con los míos y con los que me rodean en el trabajo diario, poder asesorarles y guiarles en un camino arduo y complicado.

Como profesional tratamos de abrir el abanico de posibilidades para recibir información por parte de los ciudadanos en un ámbito como el de la educación para la salud. Así cuando una persona sufre una enfermedad progresiva, avanzada, que no es curable, merece todo tipo de atenciones tanto físicas como psicológicas. Es entonces cuando los esfuerzos han de orientarse a buscar su mayor bienestar y calidad de vida durante el tiempo que le quede y a procurarle una muerte digna y tranquila. Para ello es necesario establecer una buena comunicación para que podamos comprender mejor sus problemas y sus deseos, aliviarles adecuadamente sus molestias y ofrecerle los diversos apoyos que necesitará tanto él como su familia.

También hemos llegado a comprender tras la lectura de este libro que los que conocen la verdad de su enfermedad, los que se mantienen conscientes y los que participan hasta el final en las decisiones sobre su cuidado, suelen vivir una muerte apacible. "El hombre es el remedio del hombre". *Paloma Calero Marín de Villodres* (martindevillodres@hotmail.com).