

## Buenas prácticas en la prevención de trastornos de la conducta alimentaria

*Pedro Manuel Ruiz Lázaro, José Mariano Velilla Picazo y Esperanza González Fraile (Dirs).*

(2017) Ed: Pirámide.

Por Sandra Peinado Cánovas.

Psicóloga Sanitaria

Centro CREA. Elche

Por: Sandra Peinado Canovas



Actualmente, los trastornos alimentarios constituyen un problema grave de salud, con múltiples complicaciones a nivel físico, psicológico y social, y efectos adversos también en el entorno de los pacientes, las familias y sus relaciones. Es por ello que invertir en prevención permitirá reducir los gastos en tratamientos y, sobre todo, mejorar la calidad de vida y la salud física y psicológica de la población. Desde esta perspectiva, el libro “Buenas prácticas en la prevención de los trastornos de la conducta alimentaria” recoge las experiencias prácticas en diversos grupos de investigación de nuestro país que han realizado diversas aportaciones relevantes en este ámbito.

Tal y como señalan los editores al inicio de la obra, su estructura general responde al deseo de mostrar la labor preventiva de expertos españoles y poder facilitar a otros profesionales interesados en estos programas su aplicación en su lugar de trabajo. A lo largo del manual, se abordan generalidades sobre la prevención de los Trastornos Alimentarios y la obesidad, para pasar posteriormente a detallar diversas experiencias que abordan la prevención primaria a lo largo del ciclo educativo: en primaria, en secundaria y en el ámbito universitario. Asimismo, se ocupa de la prevención en poblaciones especiales como los conservatorios de danza y también a través de internet y de la televisión. Posteriormente se aborda la prevención secundaria mostrando cuatro programas dedicados a la detección temprana en la comunidad educativa en Valencia, Madrid y el norte de España. Finalmente, presentan una experiencia dedicada al trabajo en grupo en imagen corporal en una unidad especializada que se puede representar a otros equipos. Finalmente, muestra dos programas de prevención conjunta de Trastornos Alimentarios y sobrepeso, una línea de trabajo en auge.

Se trata de una obra práctica y aplicada, que recoge numerosas experiencias desarrolladas en nuestro país, abordando tanto la fundamentación teórica de los programas aplicados, como su desarrollo y sus resultados más relevantes.

Asimismo, aporta material muy útil para los profesionales que deseen aplicar estas intervenciones. El extenso elenco de autores está coordinado por los profesores Ruiz-Lázaro, Velilla y González, expertos de reconocido prestigio en el abordaje de los trastornos alimen-

tarios. Asimismo, en la obra se presenta una visión interdisciplinar en la prevención de este problema, que resulta muy enriquecedora para los lectores. El libro también cuenta con una amplia bibliografía actualizada, y la inclusión de numerosos gráficos y figuras que facilitan su lectura.

Por tanto, nos encontramos ante una obra recomendable y de fácil lectura, que supone un importante avance en este ámbito, por la labor de recopilación de los programas más relevantes que estaban siendo desarrollados en nuestro contexto. En el ámbito educativo y de promoción de la salud, resulta una aportación muy útil para todos los profesionales que trabajan con adolescentes y jóvenes, y en aquellos entornos en los que se presentan factores que pueden predisponer a estos trastornos, tales como deportes o profesiones de riesgo. Asimismo, resulta también una herramienta muy útil para las asociaciones de afectados y profesionales que abordan la prevención desde los medios de comunicación de masas.

En suma, se trata de una obra rigurosa, práctica y aplicada, de gran interés para el profesional interesado en los trastornos de la alimentación.

---