

M.^a del Carmen Ortega Navas
María García-Pérez
(Coords.)

Educación multidisciplinar en trastornos alimentarios: impulsando el cambio



Educación multidisciplinar en trastornos alimentarios

Impulsando el cambio

M.^a del Carmen Ortega Navas
y María García-Pérez (Coords.)

Educación multidisciplinar en trastornos alimentarios

Impulsando el cambio

Octaedro 

Colección Horizontes-Universidad

Título: *Educación multidisciplinar en trastornos alimentarios: Impulsando el cambio*

Primera edición: noviembre de 2023

© M.^a del Carmen Ortega Navas y María García-Pérez (Coords.)

© De esta edición:

Ediciones OCTAEDRO, S.L.

C/ Bailén, 5 – 08010 Barcelona

Tel.: 93 246 40 02

octaedro@octaedro.com

www.octaedro.com

Cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública o transformación de esta obra solo puede ser realizada con la autorización de sus titulares, salvo excepción prevista por la ley. Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos, www.cedro.org) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra.

ISBN: 978-84-19900-16-6

Maquetación: Fotocomposición gama, sl

Diseño y producción: Octaedro Editorial

Sumario

Prólogo.....	9
M. ^a DEL CARMEN ORTEGA NAVAS; MARÍA GARCÍA-PÉREZ	

BLOQUE I: FACTORES DE RIESGO

1. Enfoque biopsicosocial de los factores de riesgo y abordaje terapéutico ante los trastornos de conducta alimentaria en adolescentes.....	15
MATEO PÉREZ WIESNER	
2. La educación del etiquetado de alimentos para la prevención y promoción de la salud	27
M. ^a DEL CARMEN ORTEGA NAVAS	
3. Alfabetización mediática para la prevención de los trastornos alimentarios en la sociedad posmoderna ..	39
MARÍA GARCÍA-PÉREZ	
4. Ocio en la juventud: hábitos y trastornos alimentarios	49
ÁNGEL DE-JUANAS OLIVA; ÁNGEL LUIS GONZÁLEZ-OLIVARES; JORGE DÍAZ-ESTERRI	

BLOQUE II: INTERVENCIÓN

5. Los trastornos alimentarios y de la ingesta de alimentos 63
M.^a CARMEN SEIJAS RUIZ-COELLO; RAQUEL VELASCO MAROTO;
GEMA ÁLVAREZ GARCÍA
6. El deporte y el ocio como recursos de mejora ante los trastornos de conducta alimentaria en adolescentes . . . 75
DIEGO GALÁN-CASADO; FÁTIMA EL SHAFI RODRÍGUEZ;
IGNACIO MOYA-DÍAZ; JULIO ALFONSO NOVOA LÓPEZ
7. Trastornos de la conducta alimentaria e intervención en el ámbito de la Educación Social 89
SONIA GARCÍA-SEGURA; CARMEN GIL DEL PINO
8. Trabajo Social Sanitario: intervención en personas con trastornos de conducta alimentaria. 101
LAURA CUETO RODRÍGUEZ; JESÚS M. PÉREZ VIEJO;
FRANCISCO JAVIER GARCÍA-CASTILLA

BLOQUE III: REVISIONES

9. Relevancia de la inteligencia emocional en el campo de la nutrición y la dietética: revisión sistemática integrativa sobre la educación universitaria española . . . 117
ÁLVARO MORALEDA RUANO
10. El impacto de la pandemia en los trastornos alimentarios: revisión sistemática 129
JORGE DÍAZ ESTERRI; M.^a DEL CARMEN ORTEGA NAVAS;
MARÍA GARCÍA-PÉREZ

Prólogo

M.^a DEL CARMEN ORTEGA NAVAS

MARÍA GARCÍA-PÉREZ

Universidad Nacional de Educación a Distancia

El presente libro, *Educación multidisciplinar en trastornos alimentarios: Impulsando el cambio*, que el lector tiene en sus manos, es el resultado de la colaboración multidimensional de profesionales e investigadores en el ámbito de la educación, la psicología, el trabajo social, la enfermería y la medicina que trabajan en el campo los trastornos de la conducta alimentaria. Se aporta una visión multidisciplinar de la problemática de los trastornos de conducta alimentaria, intentando resaltar las graves consecuencias asociadas a los mismos y la importancia de una intervención temprana preventiva. En este sentido, esta obra es fundamental para vislumbrar cómo los retos que tienen por delante los profesionales, a nivel interdisciplinar, y las familias acerca del diagnóstico de los factores determinantes y la intervención socioeducativa relacionado con los trastornos de conducta alimentaria.

El libro nace dentro del plan de fortalecimiento internacional, cooperación y objetivos de desarrollo sostenible en el proyecto de internacionalización financiado por la Universidad Nacional de Educación a Distancia (UNED) *titulado Adolescentes y disfunciones alimentarias en tiempos de pandemia: Educación preventiva*, bajo la dirección de M.^a del Carmen Ortega Navas y del que forman parte otros investigadores de diferentes universidades.

La obra se estructura en tres bloques, los cuales se desgranar en diez capítulos, que aluden a los trastornos de conducta alimentaria sustentados desde diferentes áreas.

El primero de los bloques, compuesto por cuatro capítulos, comprende algunos factores de alerta ante posibles riesgos y, por tanto, establece unas bases preventivas. El segundo de los bloques de la obra, integrado por otros cuatro capítulos, está dedicado a la intervención multidisciplinar para un mejor abordaje de los trastornos de conducta alimentaria. Finalmente, el tercer bloque de la obra, compuesto por dos capítulos, contempla las bases de investigación que se están realizando en los últimos años en torno a esta temática a través de revisiones sistemáticas en el ámbito universitario y en el análisis de diferentes contextos que contempla la literatura científica, respectivamente.

El primero capítulo, «Enfoque biopsicosocial de los factores de riesgo y abordaje terapéutico ante los trastornos de conducta alimentaria en adolescentes», escrito por Mateo Pérez Wiesner, abre el bloque I y pone el foco en los factores biológicos, genéticos, neurobiológicos, psicosociales e intrapersonales, desde un marco biopsicosocial, para comprender los trastornos de la conducta alimentaria desde la perspectiva del comportamiento, y abordar el aprendizaje de nuevos comportamientos no disruptivos.

El segundo capítulo, titulado «La educación del etiquetado de alimentos y su relación con los hábitos alimentarios», cuya autora es M.^a del Carmen Ortega Navas, se ocupa de la importancia del etiquetado de los alimentos y su relación con los trastornos de conducta alimentaria, así como la importancia del conocimiento e interpretación del etiquetado nutricional para mejorar los hábitos saludables de alimentación y, en consecuencia, la mejora del bienestar de las personas.

El tercer capítulo, «Alfabetización mediática para los trastornos alimentarios en la sociedad posmoderna», de María García-Pérez, nos acerca a la era del vacío y los ejes de la sociedad posmoderna. En esta compleja sociedad, los adolescentes se exponen en las redes sociales virtuales donde se encuentran con *fake news* disfrazadas de dietas milagro y otros riesgos que ponen en peligro su salud. Al finalizar este capítulo se muestra la necesidad de la alfabetización mediática como medida preventiva ante los riesgos de la vida en red.

Seguidamente, en el último capítulo de este bloque primero, «Ocio en la juventud: hábitos y trastornos alimentarios», cuyos autores son Ángel De-Juanas Oliva, Ángel Luis González Olivares y Jorge Díaz Esterri, se aborda la malnutrición, el sobrepeso y

la obesidad como uno de los grandes males del siglo XXI entre los jóvenes, y cómo la educación en el ocio activo constituye un eje fundamental en el desarrollo humano por su gran capacidad de transformación social y su papel decisivo para la adquisición de estilos de vida saludables. Además, se analizan los nuevos y distintos cambios en los comportamientos alimentarios durante el confinamiento.

M.^a Carmen Seijas Ruiz-Coello, Raquel Velasco Maroto y Gema Álvarez García firman el primer capítulo del segundo bloque, el quinto de la obra, «Los trastornos alimentarios y de la ingesta de alimentos», en el cual se analizan las posibles señales de alerta a nivel físico, conductual y emocional a los que se debe prestar atención en el entorno familiar, educativo y sanitario para la detección temprana de un trastorno de conducta alimentaria y, en consecuencia, para un mejor diagnóstico y tratamiento.

Siguiendo en este segundo bloque, el capítulo sexto, «El deporte y el ocio como recursos de mejora ante los trastornos de conducta alimentaria en adolescentes», escrito por Diego Galán Casado, Fátima El Shafi Rodríguez, Ignacio Moya-Díaz y Julio Alfonso Novoa López, ofrece una visión de cómo el deporte y el ocio son dos fenómenos que ayudan a mejorar la situación de las personas que presentan algún tipo de trastorno de conducta alimentaria, centrándose, entre otros aspectos, en los beneficios psicológicos del deporte, la mejora y aumento de las relaciones sociales, y las habilidades sociales y personales que impactan en un estilo de vida más activo y participativo, cuestión fundamental para el bienestar de los jóvenes.

El capítulo séptimo de la obra es presentado por Sonia García-Segura y Carmen Gil del Pino y su título es «Trastornos de la conducta alimentaria e intervención en el ámbito de la Educación Social». En él se reflexiona sobre los trastornos de conducta alimentaria en la población juvenil y como el canon de belleza actual deriva en descontento con la propia imagen aumentando, así, las probabilidades de desarrollar conductas y actitudes alimentarias de riesgo. En este mismo capítulo se abordan el papel y responsabilidad de los educadores sociales ante los desórdenes alimentarios y, finaliza, centrándose en el diseño y puesta en práctica de proyectos de intervención con adolescentes en el ámbito de la salud.

Laura Cueto Rodríguez, Jesús M. Pérez Viejo y Francisco Javier García-Castilla firman el capítulo octavo del libro, el último de

este segundo bloque, y lleva por título «Trabajo Social Sanitario: intervención en personas con trastornos de conducta alimentaria». En él se expone cómo el Trabajo Social cubre e interviene en las necesidades y situaciones relacionadas con el proceso de salud-enfermedad. Asimismo, profundiza en cómo los equipos profesionales que intervienen desde el trabajo sociosanitario e interdisciplinar enriquecen la intervención integral para mantener la calidad de vida y la prevención en materia de sensibilización comunitaria.

Finalmente, se presenta el tercer bloque de la obra. El capítulo noveno del libro, «Relevancia de la inteligencia emocional en el campo de la nutrición y la dietética: revisión sistemática integrativa sobre la educación universitaria española», cuyo autor es Álvaro Moraleda Ruano, se centra en el análisis de la inteligencia emocional y las emociones como predictoras de los comportamientos de salud. Así, se muestra un estudio en torno a la detección de la presencia de la inteligencia emocional en las titulaciones universitarias vinculadas con nutrición y dietética.

El capítulo décimo y último de la obra, firmado por Jorge Díaz Esterri, M.^a del Carmen Ortega Navas y María García-Pérez, se titula «El impacto de la pandemia en los trastornos alimentarios: revisión sistemática». En él se aborda un análisis de contenidos a través de una revisión sistemática en literatura científica sobre el efecto socioafectivo en comportamientos alimentarios incontrolados de las personas durante la pandemia de covid-19.

Este breve prólogo no puede concluir sin mostrar el reconocimiento y agradecimiento a cada uno de los autores y autoras. Su contribución en esta obra invita a reflexionar sobre los riesgos a los que están expuestos los adolescentes en torno a los trastornos de conducta alimentaria. En cada uno de los capítulos de este libro se valora la utilidad de medidas preventivas y la búsqueda de soluciones ante una problemática en auge, como son los trastornos de conducta alimentaria. La intención es ofrecer al lector una perspectiva relacionada con varias disciplinas científicas, a través de las distintas aportaciones que integran la obra y que estas resulten de interés para todas aquellas personas preocupadas o dedicadas al ámbito de los trastornos de conducta alimentaria.

BLOQUE I: FACTORES DE RIESGO

Enfoque biopsicosocial de los factores de riesgo y abordaje terapéutico ante los trastornos de conducta alimentaria en adolescentes

MATEO PÉREZ WIESNER
Universidad Camilo José Cela (España)

1. Introducción

En la adolescencia, o edad adulta temprana, se configura la identidad frente a uno mismo y frente a la sociedad. No está exenta de vulnerabilidad por el impacto del entorno y el desarrollo cognitivo, emocional y fisiológico; de hecho, se estima que a los 20 años el 13 % de los adolescentes muestran un trastorno de la conducta alimentaria (TCA), y entre el 15 % y el 47 % presenta comportamientos desadaptativos. Según el género, se estima una ratio superior en mujeres, de 10:1 (DSM5, 2013; Stice *et al.*, 2013). Para entender y abordar terapéuticamente el comportamiento alimentario, el modelo biopsicosocial es el marco de referencia actual.

En el año 1977 el modelo predominante para la explicación del trastorno era el modelo biologicista que comprendía las causas de la enfermedad únicamente desde una explicación orgánica. Este entiende la causa como una disfunción de los mecanismos cerebrales o neuroquímicos (Engel, 1977). Una de las limitaciones por las que ha sido ampliamente criticado es el reduccionismo, al no contemplar otros componentes que rigen el comportamiento humano. En este mismo año, el marco biopsicosocial fue la alternativa más integral porque aúna el componente biológico, psicológico y social, asumiendo una relación