

INTERVENCIONES DE LA ENFERMERA EN PERSONAS CON TRASTORNO DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA

Dorantes Caro, Virginia. Fernández Sánchez, Elizabeth. Ávila Valladares, Miriam.
Enfermeras residentes de Salud Mental en Hospital de Jerez



INTRODUCCIÓN

Los trastornos de la conducta alimentaria (TCA), suponen uno de los problemas más prevalentes en la sociedad, se caracterizan por alteraciones persistentes en la alimentación y una percepción distorsionada del cuerpo.

Los TCA pueden provocar problemas sociales y una disminución de la calidad de vida tanto para la persona afectada como para su familia. La enfermería cumple un rol esencial en su detección, tratamiento y acompañamiento, brindando cuidados integrales, educación sanitaria y apoyo emocional.



OBJETIVOS

Identificar las principales intervenciones de la enfermera en salud mental dirigidas a personas con TCA, dentro de un enfoque biopsicosocial y centrado en el paciente.



DESARROLLO

Los TCA constituyen una problemática compleja que requiere un abordaje interdisciplinario, donde la enfermera de salud mental cumple un rol fundamental, tanto en la detección precoz como en el acompañamiento terapéutico.

El apoyo durante las comidas es una intervención importante pues este momento supone una fuente de angustia, miedo y culpa. La presencia de una figura de apoyo durante las comidas no solo garantiza una adecuada ingesta nutricional, sino que también actúa como un factor de contención emocional y prevención de recaídas a corto plazo [1].

En los últimos años han aparecido plataformas digitales que ofrecen apoyo en etapas leves de los TCA. Aunque no sustituyen la atención profesional, pueden ser útiles. La enfermera tiene una función crucial en el seguimiento, brindando orientación y acompañamiento durante su uso [2].

Aunque antes se desaconsejaba el ejercicio en estos pacientes, estudios recientes muestran que, si es planificado y supervisado, puede ser beneficioso. La enfermera tiene un rol clave en supervisar que la actividad sea segura, adecuada a cada paciente, y se realice sin riesgo [3].

La detección temprana de los TCA enfrenta barreras como la falta de conocimiento por parte del entorno cercano, y la escasa formación de algunos profesionales de salud para reconocer señales iniciales. La intervención de la enfermera se posiciona como estratégico, tanto en contextos comunitarios como clínicos, para desarrollar programas de educación en salud, identificar signos de alerta y facilitar el acceso precoz a los servicios especializados.

La presencia de enfermeras capacitadas en atención primaria y en entornos educativos puede reducir significativamente los tiempos de diagnóstico y mejorar el pronóstico clínico [4].



METODOLOGÍA

- Revisión narrativa.
- Principales buscadores de evidencia científica (PubMed, Scielo, CINAHL, Cochrane).
- Últimos 10 años.
- Artículos relevantes y actualizados sobre intervenciones enfermeras en TCA.



RESULTS

CONCLUSIONES

La enfermera de salud mental desempeña un papel clave en el tratamiento de los (TCA), brindando apoyo asistencial, educativo y emocional. Su intervención integral favorece un enfoque humanizado y ayuda a crear un entorno terapéutico de confianza, que contribuye significativamente a la recuperación y reintegración social del paciente.

Se destaca la importancia de fortalecer su formación y de reconocer su rol dentro del equipo interdisciplinario para asegurar una atención integral y efectiva.



BIBLIOGRAFÍA

1. Ellis A, Gillespie K, McCosker L, Hudson C, Diamond G, Machingura T, et al. Meal support intervention for eating disorders: a mixed-methods systematic review. J Eat Disord. 2024;12(1):47. doi:10.1186/s40337-024-01002-2.
2. Cheung LGM, Thomas PC, Brvar E, Rowe S. User experiences of and preferences for self-guided digital interventions for the treatment of mild to moderate eating disorders: systematic review and metasynthesis. JMIR Ment Health. 2025;12:e57795. doi:10.2196/57795.
3. Rizk M, Mattar L, Kern L, Berthoz S, Duclos J, Viltart O, Godart N. Physical Activity in Eating Disorders: A Systematic Review. Nutrients. 2020 Jan 9;12(1):183. doi: 10.3390/nu12010183. PMID: 31936525; PMCID: PMC7019575.
4. Lindstedt K, Norring C, Birgegård A. A narrative review of early intervention for eating disorders: barriers and facilitators. Front Psychiatry. 2023;14:1071021. doi:10.3389/fpsyt.2023.1071021.



AESME



COLEGIO OFICIAL DE
ENFERMERÍA DE CÓRDOBA

XII ENCUENTRO DE ENFERMERÍA DE SALUD MENTAL AESME /ANDALUCÍA

ASOCIACIÓN
ESPAÑOLA DE ENFERMERÍA
DE SALUD MENTAL