

Croacia, Rumanía y Hungría, ordenándoles intervenir ante los respectivos gobiernos y episcopados, con el fin de suscitar acciones de socorro.

Un historiador israelita, Pinchas Lapide, no dudó en calcular en ochocientas cincuenta mil el número de personas salvadas por ese despliegue de febril actividad. (p. 402).

Este es un libro imprescindible y definitivo; fuente inapreciable de información que podrán consultar con provecho los historiadores de la Segunda Guerra Mundial.

WILLIAM RODRÍGUEZ CAMPOS

J. TREASURE, G. SMITH y A. CRANE, *Los trastornos de la alimentación. Guía práctica para el cuidado de un ser querido*. Bilbao: Desclée de Brouwer, 2011, 298 pp. ISBN: 978-84-330-2483-1.

Esta obra, tal como expresa su subtítulo, consiste en una práctica guía para orientar a aquellas personas que conviven con alguien aquejado de un trastorno de la conducta alimentaria (TCA) sobre cómo relacionarse con él/ella para contribuir a reducir sus riesgos y mejorar no sólo su relación con la alimentación sino algunas otras conductas difíciles, frecuentes entre este tipo de pacientes, que afectan gravemente la convivencia familiar.

Escrita en colaboración por tres autoras con perspectivas diferentes aunque con un enfoque complementario y coherente: Janet Treasure es una psiquiatra especializada en este tipo de trastornos desde hace décadas, y una figura importante en este campo; Gráinne Smith es autora y conferenciante sobre estos temas desde que su hija, ahora adulta y recuperada, desarrollara una anorexia nerviosa; por su parte, Anna Crane es una estudiante de medicina que padeció un trastorno de alimentación del que se recuperó. La perspectiva conjunta que ofrecen aporta una visión bastante completa de lo que puede vivirse en el entorno de una persona que, padece un TCA, escrita en un lenguaje claro y asequible, donde predomina un enfoque comprensible, llena de sentido común y de pautas desde las cuales afrontar gran parte de la sintomatología que afecta a estas personas y a su entorno familiar.

La obra, útil no únicamente para familiares, sino también para profesionales que trabajen con pacientes con estos trastornos, trata de desarrollar en el lector una serie de habilidades, pautas, estrategias y conocimientos que utilizan los profesionales especializados en pacientes con TCA en la Unidad de Trastornos Alimentarios del Hospital Maudsley (Londres) y que, a su vez, enseñan a los cuidadores familiares que conviven con estos pacientes, para que puedan cambiar su forma de reaccionar frente a los síntomas del trastorno, trabajando en colaboración para evitar que el trastorno se prolongue y para ayudar a la recuperación.

El libro consta de catorce capítulos, el primero de los cuales incluye informaciones sobre el trastorno que pueden ser de utilidad para los propios pacientes. El resto orienta a los cuidadores sobre distintas dificultades que se presentan con frecuencia en estos trastornos, presentando una base teórica, ejemplos, sugerencias de aplicaciones prácticas, así como puntos de reflexión posterior sobre cada uno de los temas

abordados en cada capítulo: conocer diversos aspectos de los TCA, reconocer síntomas, consecuencias y riesgos para la salud, deshacer mitos y creencias comunes sobre estos trastornos, etc., pero también trata de desarrollar habilidades comunicativas específicas, habilidades emocionales y pautas de relación con la persona afectada (válidas y útiles, por otra parte, no solo con quien padece un TCA), así como de ofrecer modos de «controlar» la infraalimentación, los atracones y otras conductas difíciles (tales como vómitos, conductas compulsivas, perfeccionismo, exceso de ejercicio, estallidos emocionales, autolesiones, etc.). He entrecomillado la palabra «controlar» porque el mensaje presente constantemente en el libro es que sólo quien padece el trastorno puede realmente decidir cambiar o no, aunque los cuidadores pueden desempeñar un papel importante en evitar que la enfermedad prolongue su dominio sobre la vida de la persona afectada.

Y es esto precisamente lo que aporta. Sin entrar en abordajes clínicos más personales (que corresponderían al trabajo profesional), lo que el libro ofrece son recursos que pueden ayudar al cuidador a comprender mejor la enfermedad y el comportamiento de su familiar, desarrollar sus propias habilidades relacionales y comunicativas, y aprender pautas de actuación positivas que pueden contribuir, a su vez, a incrementar la sensación de eficacia en la participación activa del cuidador. Desarrollar todo esto solamente leyendo un libro es difícil, y por ello se incluyen no sólo las pautas de reflexión, sino también sugerencias de otros recursos, tales como acudir a asociaciones de ayuda (con un listado de asociaciones españolas), direcciones electrónicas con informaciones de interés (como por ejemplo la guía de nutrición para adultos, la valoración de riesgos médicos, etc.), o bibliografías complementarias interesantes (en su mayoría en lengua inglesa —en este sentido, conviene recordar que en castellano contamos con *Anorexia y bulimia. Guía práctica para padres, educadores y terapeutas*, de Rosa Calvo Sagardoy, un excelente manual con una información muy completa—).

En definitiva, una obra interesante para cualquier persona que se relacione con otra que padezca un trastorno de la conducta alimentaria, porque, más allá de las estrategias y pautas que propone, aporta al lector mucha mayor *comprensión*, en el doble sentido de conocer mejor el trastorno y cómo manejarlo y de desarrollar una actitud comprensiva hacia las personas afectadas, actitud y habilidades que, compartidas por todos los cuidadores (familiares y profesionales) de forma coherente y consistente, aseguran a la persona afectada una ayuda más eficaz para superar su trastorno.

ELENA GISMERO