

Ángel Álvarez Fernández

ANOREXIA NERVIOSA
Una propuesta terapéutica

Prólogo de MANUEL ÁLVAREZ ROMERO

Epílogo de JOSE LUIS MEDIAVILLA



DELIREMA

Edición: HiFer Editor
Impresión: HiFer Artes Gráficas - www.hifer.com
ISBN: AS-01717-2019
Dep. Legal: 978-84-120570-1-0



www.elsastredeloslibros.es

No está permitida la reproducción total o parcial de este libro, ni su tratamiento informático, ni la transmisión de ninguna forma o por cualquier medio, ya sea electrónico, mecánico, por fotocopia, por registro u otros métodos, ni su préstamo o alquiler o cualquiera otra forma de cesión de uso del ejemplar, sin permiso previo y por escrito del titular del Copyright.

A mi familia

ÍNDICE

- Prólogo

Dr. Manuel Álvarez Romero

- Introducción

- I – EL RAPTO DE LA SONRISA.

Aproximación psicoterapéutico–poética a la Anorexia Nerviosa.

(2015)

- II – EL RESCATE DE LA EMOCIÓN.

Alexitimia y Depresión en la Anorexia Nerviosa.

(2016)

- III – EL FLAMENCO, LA FOCA Y LA LÁGRIMA.

El círculo anoréxico–bulímico.

(2017)

- IV – EL FONDO PERSONAL EN LA ANOREXIA NERVIOSA.

Evocación de una sesión psicoterapéutica.

(2018)

- Epílogo

Dr. José Luis Mediavilla Ruiz

- Notas sobre las Ilustraciones del libro.

- Personas y autores citados.

PRÓLOGO

DR. MANUEL ÁLVAREZ ROMERO

Especialista en Medicina Interna

Presidente de la Sociedad Andaluza de Medicina Psicosomática

Expresidente de la Sociedad Española de Medicina Psicosomática

Entre las actividades con orientación psicósomática organizadas por las Sociedades Española (SEMP) y Andaluza (SAMP) de Medicina Psicósomática en los últimos cuatro años, se han ido definiendo afinidades temáticas por parte de los participantes más asiduos, y además con creciente entusiasmo por parte de ponentes y oyentes. Así pude presenciar, en sucesivas Jornadas y Congresos, la apuesta preferente por parte del autor de este libro hacia el controvertido tema de la Anorexia.

Ya, años atrás, tuve ocasión de conocer el pequeño libro que nuestro autor tituló “*La Anorexia Nerviosa. Una enfermedad psicósomática*” (Editorial KRK, 2009), recopilando un cuidado elenco de pacientes con Anorexia que trató entre los años 1990 y 2004 en el Servicio de Medicina Interna del Hospital de Jarrio – Asturias.

Conforme avanzaba la lectura de ese texto, fui percibiendo que cada una de estas chicas no era sólo una paciente concreta, era una persona enferma y con una muy personal historia, captada como biografía o patografía, y relatada desde la intimidad y el cariño de quien, cargado de paciencia y esperanza, seguía, día a día, las sucesivas cuitas y peripecias de este cambiante y monótono proceso mórbido.

Año tras año nuestro autor ha ido perfilando, como quien talla una joya, cada una de las presentaciones que describen los casos expuestos, con ese talante tan personal, capaz de compendiar la clínica más seria con la poesía más fina, el vivenciar de las pacientes con los entramados psicopatológicos o etiopatogénicos. Y eso, recogiendo cada una de las cambiantes fases de estos complejos procesos.

Y llegó hasta mí, hace unas semanas, el texto de este libro, *Anorexia Nerviosa. Una propuesta terapéutica*, que tienes entre las manos, y que yo miré con veneración, acaricié con ternura y comencé a leer con una continuada fruición. Viví esas horas de lectura con ilusión, sorpresa, buen sabor intelectual/emocional, y como quien se autocontempla en el estreno de un traje nuevo y deseado. Entonces, me llega el deseo del autor de que me ocupe en la redacción de este prólogo.

Se trata, pues, de una *excursión* al mundo real de la Anorexia, con pacientes de carne y hueso, cuajados de dramas e ilusiones, de encuentros y desencuentros vitales, de vidas iguales y diversas... Me gustaría transmitir al lector una actitud similar. Seguro de que, si así sucede, podrán apreciar mejor el delicado arrullo de la propia lectura y la gustosa sorpresa de las sucesivas exposiciones psicopatológicas que construyen la Anorexia, seguidas de las deconstrucciones que hemos de aplicar en el necesario proceso de tratamiento, para apuntar a que resulte restablecedor y curativo.

Leyendo esta obra, como otros tantos lectores e interlocutores, preguntaremos al Dr. Ángel Álvarez Fernández: “Oye, ¿y tú qué tipo de terapia realizas?”. Pienso que la respuesta de nuestro autor sería: “Aquella capaz de conseguir, en mi convencimiento, una salida eficaz hacia la curación”, alcanzando a liberar el fondo personal y sagrado —dice él— de donde mana la ilusión por vivir y llegar a ser feliz.

Es obvio que el Dr. Álvarez Fernández camina sobre el Paradigma psicosomático, en su actual acepción *“bio-psico-socio-eco-espiritual”*, en los umbrales de nuevos progresos tal como se sigue procurando en la Escuela Andaluza de Medicina Psicosomática, desde hace más de una veintena de años, y en la que se encuadra nuestro autor. Al adentrarse en una Psicosomática centrada en la consideración del hombre enfermo como persona, y tratando de integrar todos y cada uno de los factores involucrados en el enfermar, ha penetrado profundamente en el pensamiento clínico de nuestros días (González Infante, José Manuel, XLVIII Congreso de la SEMP, Zaragoza, 28/XI-1/XII/2018). Desde ahí, se avanza en la resolución de las

contraposiciones dicotómicas “psico-soma”, “cuerpo-psique”, “mente-cerebro”, “psicogénesis-somatogénesis”, etc, que son abordadas desde la perspectiva de la *Psicosomatología*, como contenido de cuanto viene mostrando la clínica y la investigación psicossomáticas en su conjunto (Chiozza, Luis, 2018).

Contando con las aportaciones de Thomas Kuhn, Xavier Zubiri y Ludwig von Bertalanffy, *“alcanzamos a definir la Psicossomática como una entidad sustantiva, de génesis múltiple, de esencia plural y de hacer complejo”* (González Infante, José Manuel, I^{as} Jornadas de la SEMP, Madrid, 27-28/II/2015).

Recordamos la milenaria historia de la Psicossomática, desde Hipócrates y Erasístrato; hasta I. Pávlov (Escuela neurofisiológica rusa); H. F. Dunbar y F. Alexander (Escuela norteamericana de Psicossomática); V. von Weizsäcker, A. Jores y G. von Bergmann (Escuela europea antropológica); S. Freud (Fundamentos psicoanalíticos); G. Groddeck (Psicossomática multidisciplinar empírica); P. Marty (Escuela francesa); y hasta J. Rof Carballo, R. Sarró, F. Gallart, y otros en España.... contemplando una amplia autopista del saber, que tratamos de recorrer, ayudados por quienes nos antecieron (como C. Ruiz Ogara y José M^a López Sánchez en Granada, y M. Ríos Mozo en Sevilla, etc.). Y continuamos con trabajos de investigación recientes como *“Geografía e Historia de la Medicina Psicossomática”*, *“¿Hacia dónde va la Medicina Psicossomática?”*, *“Psicossomática para todos”*, *“Los límites de la Medicina Psicossomática”*, etc.

Con una amplia base de Médicos Internistas y de Familia, y de otras Especialidades, Psiquiatras y Psicólogos clínicos, etc., en Psicossomática trabajamos la unidad en la pluralidad del enfermar humano, y el importante valor que entraña el buen o el mal uso de la libertad humana como factor saludable o patógeno en la promoción y conservación de la salud.

Precisamente en este contexto surge el trabajo clínico e investigador del Dr. Ángel Álvarez Fernández, plasmado en esta pequeña-gran obra, que muestra casos concretos entre los muchos atendi-

dos, con un esquema común, desplegado en los distintos capítulos, donde se recogen estas cuatro conclusiones operativas:

1. Se ha de aliviar el soma enfermo: hacer del cuerpo, totalmente inhóspito por la enfermedad, un “cuerpo-casa donde pueda habitar el ser”

2. Hemos de suscitar la nostalgia del ser personal e interpersonal: poder llegar a decir “aquí estoy contigo”, no-sólo-yo sino-también-nosotros

3. Pretenderemos recobrar la armonía psicósomática: luz que ilumina la noche, caricia que reanima, viento accionando el molino de la vida con todas sus aspas: “cuerpo-familia-amigos-trabajo-amor”

4. Hay que salir a buscar el sentido de la vida: “en el hacer-en el amar-en el aceptar”, de la desarmonía al sentido.

No resulta superfluo insistir en el idioma de este libro, que no es otro que el de una alta y fina poética que recoge el eco del decir de las pacientes, templado quizás por el eco paternal, velado y discreto del autor.

Mi lectura del texto y la reflexión sobre sus contenidos se asienta en las conversaciones habidas con el Dr. Ángel Álvarez en los campos y ventas asturianas, en las avenidas o parques madrileños, aragoneses o sevillanos, con ocasión de los Congresos o Jornadas, así como en gozosos ratos de conversación telefónica, ya bien entrada la noche, o en días festivos, pues este autor no interrumpe nunca sus largas jornadas de consulta —de sol a sol— en su querido Centro Médico de Asturias, sede de su meritorio quehacer profesional en los últimos quince años.

Por último, es de justicia agradecer *su parte*, en la autoría del libro a Blanca, su esposa, y a sus cuatro hijos —Pilar, Guadalupe, Pedro y Ángel—, que tanto le apoyan y le alientan en su amplio y profundo quehacer clínico e investigador.

Gracias, Ángel, por *tirar del carro* con tu esforzado y lúcido optimismo, con tu ejemplo en esa “Medicina Centrada en la Persona” que te apasiona, y por tu constante risa y sonrisa que alivia el dramatismo que la enfermedad tiende a imponer tantas veces. Que sigas regalando amor, servicio y esperanza a los miles de pacientes que hemos pasado por tu cuidado.

Dr. Manuel Álvarez Romero

Sevilla, 19 de marzo de 2019

INTRODUCCIÓN

Tan sólo a modo de propuesta admítaseme esta excursión en la terapia de la Anorexia Nerviosa, fruto de una experiencia, quizá no homologable ni cuantificable, pero no exenta de un asiento en la realidad, sobre pacientes de carne y hueso.

“¡Vaya!, sí que es un problema...”, me suelen decir cuando comento mi antiguo interés por esta enfermedad, peculiar entre las múltiples que un médico internista suele atender. “¿Y, tú, qué tipo de terapia realizas?”, me preguntan... “¿En verdad pueden llegar a curarse?”...

Siempre he intentado responder que sí, y, tras unos cuantos años de estar con pacientes anoréxicas —como médico orientado con la lámpara de una Psicopatología antropológico-existencial—, he ahí mi humilde aportación, cuyo primer fruto fue en su momento la publicación “*La Anorexia Nerviosa. Una enfermedad psicopatológica*” (Colección Delirema/Dr. José Luis Mediavilla, 2009)*, y que ahora, diez años después, viene a completarse con este otro pequeño fruto quintaesenciado.

En la terapia de la Anorexia Nerviosa, un padecimiento, hoy por hoy, sin fármacos ni otras terapias específicas, va a ser decisivo —a mi juicio— tener siempre la confianza en que es posible encontrar una salida y llegar a alcanzar la curación, y que —tras aquel inicial *rapto de la sonrisa*, y a través del *rescate de la emoción* y, si hubo lugar, de la ruptura a tiempo del *círculo anoréxico-bulímico*—, todo va a radicar en el descubrimiento, en el despertar del *fondo personal*, sagrado, de donde mana la ilusión por vivir y por llegar a ser feliz.

**La Anorexia Nerviosa. Una enfermedad psicopatológica*. ÁNGEL ÁLVAREZ FERNÁNDEZ. Ed. KRK, 2009

*“Despiértate, alma mía.
No sé dónde estás,
dónde te has escondido,
pero te lo pido, despiértate,
aún estamos juntos,
aún tenemos un camino por delante,
nuestra estrella será
el claro velo del alba”.*

ADAM ZAGAJEWSKI **

En verdad, poco mérito hay en agavillar unos cuantos textos poéticos y filosóficos. En todo caso, el mérito sería de los autores citados. Sin embargo, este esfuerzo nuestro por acomodar sus palabras iluminadas y sus pensamientos al inicial mutismo alexitímico, a la radical crudeza —sólo aparental— de la enfermedad anoréxica, estoy persuadido de que puede ser fructífero desde el principio, desde la primera lágrima hasta la recobrada sonrisa final, y prueba de ello creo que son las historias clínicas recogidas en estos trabajos.

Una terapia posible, entre otras también válidas, sin exclusivismos ni dogmatismos, y, sobre todo, con escasos efectos secundarios para estas pacientes tan frágiles y para las familias, intentando evitar una yatrogenia —a menudo infravalorada por los terapeutas— en cuyas garras es muy fácil caer y que puede añadir más dificultades a la tarea terapéutica futura.

Conste un reconocimiento especial al Dr. Manuel Álvarez Romero, quien, desde la Presidencia de las Sociedades Española y Andaluza de Medicina Psicosomática, me animó, desde 2015 a 2018, a preparar y presentar una a una estas ponencias, aquí conjuntamente reunidas como una ofrenda a la esperanza de curación.

Y conste mi gratitud a las pacientes —y sus familias— aquí citadas, por su confianza en esta orientación, que quizá simplemente ha pretendido reanimar la fuerza terapéutica que yacía en su interior.

** Poema “Despiértate”, del libro *Asimetría*. ADAM ZAGAJEWSKI. Ed. Acantilado, 2017, pág. 62

Por si a alguien más le pudiesen ser útiles estas pinceladas, en su trabajo profesional o en su camino terapéutico, incluso en ámbitos distintos al anoréxico, aquí las dejo con todo cariño.

I

EL RAPTO DE LA SONRISA

Aproximación psicoterapéutico-poética
a la Anorexia nerviosa

Ponencia

I^{as} Jornadas de la Sociedad Española de Medicina Psicosomática

Madrid, 27 y 28/II/2015



Leonardo Da Vinci, 1452-1519

*“De dolor portadora todavía,
voy con el alma oculta,
no oso dar mi rostro a conocer.
¡Ay, me has hecho caer!
Y a veces veo en la luz de los astros
mi puesto entre las noches”*

RAINER MARÍA RILKE¹

“¿Qué piensas, ahora, de lo que fue tu problema?”. En una investigación personal sobre 48 pacientes, epicrítica, años después de su presentación², donde planteábamos si su Anorexia pudo ser: a) no una enfermedad, sino sólo *circunstancias familiares o sociales adversas*, más o menos complejas; b) una más de las *crisis madurativas* de su vida; c) una *verdadera enfermedad somática y psicoafectiva*; o d) un problema *ni comprendido ni aún resuelto* por las actuales Medicina y Psicología... hasta el 75% de ellas coincidían en calificar su experiencia como una enfermedad somática y psicoafectiva “en toda regla”. ¿En qué consiste esta enfermedad?

“Llamo enfermo —enseñó V. VON WEIZSÄCKER— a aquel que acude a mí, en tanto que médico, y en quien como médico yo reconozco necesidad”³. Los médicos tenemos —como enseñó V. E. F. VON GEBSATTEL⁴—, además de una sensibilidad “de corazón” (el grado elemental *simpatético* en el encuentro médico-enfermo), un “oficio” (el grado técnico de *extrañamiento* u objetivador), y en este vaivén entre empatía y distancia esgrimimos enseguida nuestras armas: la entrevista anamnética (“¿qué, desde cuándo y a qué lo atribuye?”), la exploración física (general y centrada en el problema), las pruebas complementarias (análisis, estudios de imagen, pruebas funcionales, test neuropsicológicos y psicométricos, estudios de documentos como escritos o fotos, etc.), y la exploración familiar y social; todo ello para, en el mejor de los casos, tal vez llegar a alcanzar el grado *personal* en la relación médico-enfermo (la constitución de una “comunidad amistosa de personas insubstituíbles”).

*“Llegará el día
en que vendrán
utensilios en mano
a rastrear entre las ruinas
llegarán a saber mucho
de nosotros :
esa gente extraña
de otros tiempos
Sin duda sus utensilios
serán perfectos, infalible
su conocimiento
pero nunca darán
con lo que importa :
ese momento nuestro
ahora ”*

INGIBJÖRG HARALDSDÓTTIR⁵

Puede ocurrir, de pronto, en estas primeras consultas —donde todo podemos jugárnoslo—, en esta tarea diagnóstico–recolectora y desde el primer momento investigadora–interpretativa, y siempre transfer–contratransferencial, que asistamos a un “ahora”, clave en el proceso psicoterapéutico: la emergencia de un torrente de lágrimas,

“Las lágrimas son el criterio de la verdad en el mundo de los sentimientos”

E. M. CIORAN⁶

torrente unas veces caudaloso y otras sólo indiciario, pero testimonio por un lado de la irreversible entrada en terapia —de la que, tengámoslo en cuenta, no podremos ya escapar sin faltar a nuestro compromiso vocacional—; y testimonio por otro lado del dolor y de la caída en el cráter de la enfermedad —como estado de necesidad, como grito ahogado de quien pretende que le escuchen desde su prisión—, de la desarmonía psicosomática en que la Anorexia consiste, rostro anegado en lágrimas que ocultan el ser de la sonrisa.