

## **Guía de práctica clínica sobre los Trastornos de la Conducta Alimentaria**

**Autor: ITA**

El día 26 de mayo en el VII Congreso de la Sociedad Española para el Estudio de los Trastornos de la Conducta Alimentaria (AEETCA) celebrado en Palma de Mallorca se presentó la **Guía de Práctica Clínica para los Trastornos de la Conducta Alimentaria**, propiciada por el Sistema Nacional de Salud a través del proyecto GuíaSalud del Ministerio de Sanidad. Esta guía pretende dar a la población y a los profesionales un instrumento útil que dé respuestas a las cuestiones más básicas de estas enfermedades. Prevenir, conocer, evaluar y tratar estas patologías con eficiencia es el objetivo básico de esta guía.

Leer más...

La llamada “Medicina Basada en la Evidencia” (MBE) es la utilización para la praxis médica de la mejor evidencia científica clínica disponible, donde la toma de decisiones ha de ser de forma consciente, explícita y juiciosa. La práctica de la MBE requiere la integración de la experiencia clínica individual con la mejor evidencia clínica externa disponible derivada de la investigación sistemática, y permite a través de un método de investigación objetivo y científico, conocer, evaluar y validar la eficacia con estudios clínicos escrupulosamente controlados.

La mejor práctica clínica se basa en investigar para validar los tratamientos. Una medicina no basada en prácticas validadas es insatisfactoria, engañosa y peligrosa. Es preciso investigar para producir un máximo beneficio y mínimo perjuicio a los enfermos. No es ético aplicar prácticas médicas no validadas o solo validadas por una experiencia personal sin cualificación externa.

La medicina basada en la evidencia se sustenta en la práctica del uso consciente y explícito de la mejor evidencia disponible en la toma de decisiones sobre los cuidados a pacientes. En la práctica médica tradicional heredera del paradigma médico clásico, la acción de diagnosticar y tratar se caracteriza por el valor de la experiencia personal y en el buen conocimiento de las teorías fisiopatológicas en el contexto de una formación continuada. Podríamos criticar la formación continuada mediante textos ya que estos rápidamente dejan de estar actualizados, aunque en la defensa de este tipo de formación está el hecho de que los textos de autores reconocidos facilitan el conocimiento al pasar por el filtro de una autoridad científica.

Es verdad que los artículos están más actualizados, pero la abrumadora abundancia de artículos obligaría a los profesionales a revisar no menos de 15 diarios, 365 días al año. Se publican más de dos millones de artículos al año en veinte mil revistas científicas del área de la salud. De ahí la necesidad de guiarse a través de esta jungla mediante trabajos de revisiones sistemáticas.

En el caso de la Salud Mental se podría hacer establecer una actitud algo crítica ante las extensas revisiones con grandes muestras de pacientes ya que no son excesivamente homogéneas: la nacionalidad, el modelo cultural, los problemas de transliteralidad de la terminología técnica y validación de instrumentos, procedimientos y fármacos.

Podríamos criticar incluso el nombre de “evidencia científica”. El término inglés “*Evidence*” se puede traducir por *evidenciar, patentizar, probar, demostrar*, mientras que en castellano “Evidencia” significa *Certidumbre manifiesta y tan perceptible que*

*nadie puede dudar de ella.* Justamente un concepto diferente, es mejor hablar de “*medicina basada en pruebas*”.

Hay importantes problemas de transculturalidad, cuando los pacientes, especialmente en Salud Mental, son atendidos con diferentes modelos sanitarios y se publican los resultados de un grupo multinacional, multicultural y multirracial; entonces la llamada evidencia científica no es tan evidente. Sin embargo las Guías de Práctica Clínica basadas en la MBE son hoy por hoy el mejor instrumento de objetivación de la calidad asistencial.

En el caso de los TCA hay grandes lagunas ante las preguntas básicas de una guía de buena praxis, tampoco las respuestas siempre son objetivamente aplicables a nuestra realidad, sin olvidar la presión fáctica, universidades, fundaciones o laboratorios, para hacer ésta u otra investigación. En Salud Mental y más en el caso de los TCA, no todas las áreas (epidemiología, diagnóstico, clínica, tratamiento y prevención) están suficientemente estudiadas.

Las guías de buena praxis o guías de práctica clínica (GPC) se pueden definir como el conjunto de recomendaciones sistemáticas que tienen por objeto guiar a los profesionales y a los usuarios en el proceso de la toma de decisiones.

Están elaboradas por profesionales expertos en la patología que nos ocupa y por equipos de profesionales en elaboración de guías y valoración de la evidencia científica a través de investigación documentalista.

Las guías de práctica clínica no pueden dar respuesta a todas las cuestiones que se presentan en la práctica diaria y más aún en nuestro caso, en el área de los TCA hay bastantes más preguntas que respuestas apoyadas en la evidencia. Sin embargo el modelo de GPC es válido para plantear el abordaje de las diferentes patologías y avanzar en su conocimiento, utilizar adecuadamente los recursos sanitarios existentes y hacerlos más homogéneos, marcar parámetros de calidad asistencial, de eficacia, eficiencia y racionalidad de los recursos.

El procedimiento para llegar a la recomendación se inicia formulando las preguntas siguiendo el formato: paciente / intervención / comparación / *outcome* o resultado (PICO). A continuación comienza la búsqueda de la evidencia científica que se estructura por etapas: se consultan las bases de datos genéricas, metabuscadores y organismos compiladores de guías e indagación manual de protocolos, así como recomendaciones, revisiones narrativas, orientaciones terapéuticas y guías desarrolladas por instituciones. Más tarde se selecciona de la evidencia mediante la aplicación de criterios de inclusión y exclusión predefinidos. Se evalúa la calidad de la evidencia científica y se hace una síntesis y análisis de esta evidencia y tras esto se formulan las recomendaciones basadas en la evaluación formal o juicio razonado.

(Esta guía en formato electrónico se puede encontrar y bajar en formato extenso y en reducido así como un tríptico para familiares. La dirección es: <http://www.guiasalud.es/egpc/index.html>).