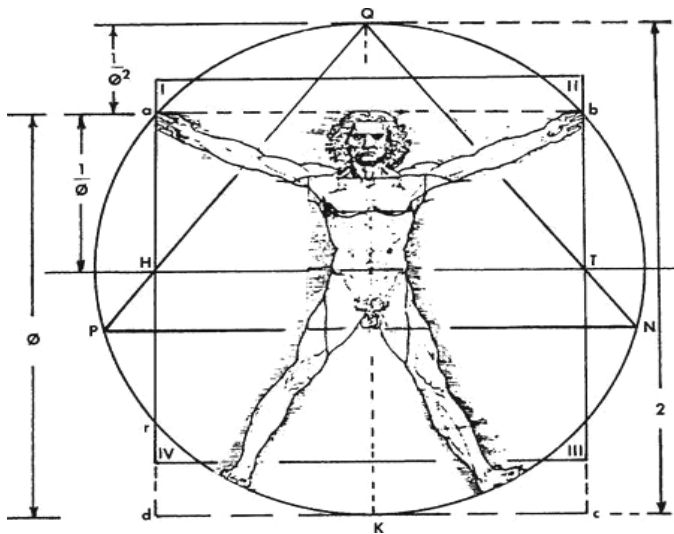


# Terapia corporal en los TCA

La terapia física y corporal en los TCA es un área que estudia la Fisioterapia en Salud Mental, que es una especialidad de la fisioterapia que abarca un amplio espectro de técnicas dirigidas directamente a mejorar los trastornos mentales. Ha mostrado evidencia científica en una gran variedad de alteraciones mentales.



**La Asociación Española de Fisioterapeutas en Salud Mental (AEF-SM)** es el colectivo de fisioterapeutas que representa a nivel nacional e internacional la especialidad de la Fisioterapia que mediante intervenciones específicas evalúa y trata los trastornos mentales. Uno de los objetivos es estimular e incrementar la práctica de esta especialidad de la fisioterapia en los Servicios de Salud Mental españoles ya que ésta es inexistente. Sin embargo en otros países europeos tales como los Países Nórdicos, UK y Bélgica existen fisioterapeutas en los equipos de salud mental.

## Los TCA y Fisioterapia

Los trastornos de la alimentación requieren la aplicación de una intervención con enfoque multidisciplinar para tratar la multidimensionalidad del trastorno.

Los objetivos de la fisioterapia en anorexia nerviosa son :

- Reconstruir una auto-imagen realista.
- Normalizar la hiperactividad, impulsos y tensiones corporales
- Desarrollar habilidades sociales
- Enseñar al paciente a disfrutar su propio cuerpo

Las técnicas más utilizadas son:

- Terapia de la Conciencia Corporal Basal
- Técnicas de relajación
- Exploración y expresión corporal
- Ejercicios para las habilidades sociales y una interacción corporal positiva

En 2007, se realizó en España una tesis doctoral sobre la fisioterapia en los TCA. Más información sobre ésta y otros ámbitos de la Fisioterapia en Salud Mental se puede encontrar en la siguiente web.

### Más info:

Asociación Española de Fisioterapeutas en Salud Mental:  
<http://www.fisioterapiasm.es>