



Revista de Psiquiatría y Salud Mental

www.elsevier.es/saludmental



REVISIÓN

25 años de Eye Movement Desensitization and Reprocessing: protocolo de aplicación, hipótesis de funcionamiento y revisión sistemática de su eficacia en el trastorno por estrés postraumático

Patricia Novo Navarro^{a,b,c}, Ramón Landin-Romero^{d,e,f,g}, Rocio Guardiola-Wanden-Berghe^{b,c}, Ana Moreno-Alcázar^{c,d}, Alicia Valiente-Gómez^{c,d}, Walter Lupo^h, Francisca Garcíaⁱ, Isabel Fernández^j, Víctor Pérez^{b,c} y Benedikt L. Amann^{c,d,*}

^a Departamento de Psiquiatría y Medicina Legal, Doctorado de Psiquiatría y Psicología Clínica, Universidad Autónoma de Barcelona, Barcelona, España

^b Instituto de Neuropsiquiatría y Adicciones (INAD), Consorci Parc de Salut Mar, Barcelona, España

^c Centro de Investigación Biomédica en Red de Salud Mental (CIBERSAM), Barcelona, España

^d FIDMAG Research Foundation, Germanes Hospitalàries, Barcelona, España

^e Neuroscience Research Australia, Sydney, Australia

^f School of Medical Sciences, University of New South Wales, Sydney, Australia

^g ARC Centre of Excellence in Cognition and its Disorders, Sydney, Australia

^h Clínica Logos, Barcelona, España

ⁱ EMDR España, Madrid, España

^j Psychotraumatology Research Center, Milán, Italia

Recibido el 9 de octubre de 2015; aceptado el 21 de diciembre de 2015

PALABRAS CLAVE

Desensibilización y reprocesamiento por movimiento ocular;
Trastorno por estrés postraumático;
Revisión sistemática;
Psicoterapia;
Mecanismo de acción

Resumen El tratamiento de desensibilización y reprocesamiento por movimiento ocular (EMDR de sus siglas en inglés: eye movement desensitization and reprocessing) es una terapia relativamente novedosa que de forma progresiva ha ido ganando popularidad en el tratamiento del trastorno por estrés postraumático. El objetivo de este trabajo es introducir el protocolo estándar EMDR, ofrecer una revisión de las hipótesis actuales sobre su mecanismo de acción y analizar la evidencia científica disponible sobre su eficacia clínica en pacientes adultos con diagnóstico de trastorno por estrés postraumático. Se realizó una revisión sistemática de la literatura publicada en las bases de datos PubMed y PsycINFO con los términos «eye movement desensitization and reprocessing» y «posttraumatic stress disorder» y sus contracciones en inglés «EMDR» y «PTSD». Se obtuvieron como resultado 15 ensayos controlados aleatorizados de elevada calidad metodológica que compararon EMDR con tratamientos no específicos, lista de espera y con

* Autor para correspondencia.

Correo electrónico: benedikt.amann@gmail.com (B.L. Amann).

<http://dx.doi.org/10.1016/j.rpsm.2015.12.002>

1888-9891/© 2016 SEP y SEPB. Publicado por Elsevier España, S.L.U. Todos los derechos reservados.

Cómo citar este artículo: Novo Navarro P, et al. 25 años de Eye Movement Desensitization and Reprocessing: protocolo de aplicación, hipótesis de funcionamiento y revisión sistemática de su eficacia en el trastorno por estrés postraumático. Rev Psiquiatr Salud Ment (Barc.). 2016. <http://dx.doi.org/10.1016/j.rpsm.2015.12.002>

tratamientos específicos. Los resultados de estos estudios permiten concluir que EMDR es una herramienta útil y basada en evidencia científica, tal y como refleja su reciente recomendación como tratamiento de elección en el trastorno por estrés postraumático por parte de distintas organizaciones internacionales de salud.

© 2016 SEP y SEPB. Publicado por Elsevier España, S.L.U. Todos los derechos reservados.

KEYWORDS

Eye movement desensitization and reprocessing;
Posttraumatic stress disorder;
Systematic review;
Psychotherapy;
Mechanism of action

25 years of Eye Movement Desensitization and Reprocessing (EMDR): The EMDR therapy protocol, hypotheses of its mechanism of action and a systematic review of its efficacy in the treatment of post-traumatic stress disorder

Abstract Eye movement desensitization and reprocessing (EMDR) is a relatively new psychotherapy that has gradually gained popularity for the treatment of post-traumatic stress disorder. In the present work, the standardised EMDR protocol is introduced, along with current hypotheses of its mechanism of action, as well as a critical review of the available literature on its clinical effectiveness in adult post-traumatic stress disorder. A systematic review of the published literature was performed using PubMed and PsycINFO databases with the keywords «eye movement desensitization and reprocessing» and «post-traumatic stress disorder» and its abbreviations «EMDR» and «PTSD». Fifteen randomised controlled trials of good methodological quality were selected. These studies compared EMDR with unspecific interventions, waiting lists, or specific therapies. Overall, the results of these studies suggest that EMDR is a useful, evidence-based tool for the treatment of post-traumatic stress disorder, in line with recent recommendations from different international health organisations.

© 2016 SEP y SEPB. Published by Elsevier España, S.L.U. All rights reserved.

Introducción

El trastorno por estrés postraumático (TEPT) es un desorden psiquiátrico clasificado dentro del grupo de los trastornos de la ansiedad. Se puede desarrollar TEPT tras la exposición a un acontecimiento traumático en el que hay peligro real de muerte, una amenaza o el sufrimiento de lesiones graves. El TEPT tiene una repercusión negativa muy significativa en la vida de los pacientes y su prevalencia oscila entre el 7-8% de la población^{1,2}. Según la cuarta edición del *Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales* (en inglés *Diagnostic and statistical manual of mental disorders*, DSM), este trastorno incluye principalmente 4 grupos de síntomas: (i) reexperimentación del evento traumático en forma de pesadillas, flashbacks y pensamientos angustiantes; (ii) hiperactivación fisiológica manifestada en un aumento de la irritabilidad, hipervigilancia, alteraciones del sueño y/o dificultad para concentrarse; (iii) presencia de conductas evitativas de personas o lugares relacionados con el evento traumático, desarrollar sentimientos de desapego y/o hacer esfuerzos por evitar determinados pensamientos, y (iv) presencia de alteraciones negativas persistentes tanto en las cogniciones como en el estado de ánimo³.

Actualmente existen varios abordajes terapéuticos no farmacológicos para el tratamiento del TEPT⁴: la terapia cognitivo-conductual (TCC) focalizada en el trauma, la terapia de exposición y el tratamiento de desensibilización y reprocesamiento por movimiento ocular (en adelante EMDR, de sus siglas en inglés eye movement desensitization and reprocessing). En los últimos años, el EMDR ha ganado una popularidad significativa con una creciente formación de terapeutas y consecuentemente un aumento considerable

de su aplicación clínica en diferentes países de Europa⁵. Asimismo, también cabe destacar el incremento significativo de publicaciones científicas indexadas en PubMed en relación con su eficacia en la aplicación en TEPT y en otras indicaciones, y con las hipótesis sobre su mecanismo de acción (fig. 1).

Debido a la creciente popularidad del EMDR y con motivo del 25 aniversario de su introducción como tratamiento, este trabajo pretende ofrecer una revisión sobre qué es el EMDR, en qué consiste su protocolo estándar de aplicación y cuáles son las hipótesis actuales en relación con el mecanismo de acción que subyace a la terapia. Finalmente, se evaluará de forma sistemática la literatura que ha examinado la eficacia del tratamiento EMDR en TEPT en comparación con tratamientos no específicos o de lista de espera, otras intervenciones específicas y tratamiento farmacológico.

EMDR: conceptos básicos y protocolo de aplicación

EMDR es una psicoterapia desarrollada en los años 80 por la psicóloga norteamericana Francine Shapiro⁶. Shapiro describió originalmente un protocolo estandarizado de intervención centrado en trabajar los recuerdos traumáticos y los síntomas de estrés asociados a estos. Con el paso de los años y la aportación de nuevos conocimientos, el protocolo se ha ido refinando hasta obtener el protocolo estándar que se utiliza actualmente⁷⁻¹¹. Posiblemente, el aspecto más llamativo y más controvertido de EMDR es la aplicación de la estimulación bilateral, en la mayoría de los casos mediante movimientos oculares sacádicos

Download English Version:

<https://daneshyari.com/en/article/8816278>

Download Persian Version:

<https://daneshyari.com/article/8816278>

[Daneshyari.com](https://daneshyari.com)