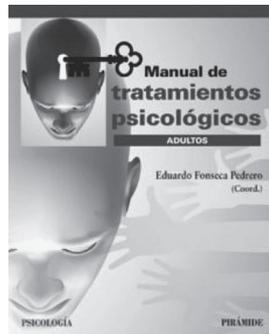


BOOK REVIEWS

Manual de Tratamientos Psicológicos: Adultos

Eduardo Fonseca Pedrero
Coord.)
2021, Pirámide



El afán de la psicología por encontrar las mejores soluciones y resultados para los problemas que la población plantea en consulta es notable y así se observa en la producción científica, cada año más prolija. Existe un interés creciente en analizar los factores de riesgo o de protección que influyen en los trastornos psicopatológicos o en diseñar intervenciones eficaces, efectivas y eficientes que nos permitan ofrecer intervenciones de calidad y ajustadas a las demandas de las personas que solicitan asistencia psicológica. Sin embargo, la magnitud del número de publicaciones científicas anuales, así como la demandante práctica clínica en el ámbito público o privado dificultan la ardua tarea de análisis sobre cuáles son las líneas a seguir.

En esta dirección, desde el informe de la Task Force on Promotion and Dissemination of Psychological Procedures de la División 12 de la Asociación Americana de Psicología en 1995, diferentes organismos e instituciones especializadas y de prestigio en todo el mundo han desarrollado un buen número de guías para la práctica clínica con diferentes trastornos psicológicos. Entre tales guías caben destacar las elaboradas por la Asociación Americana de Psicología, por el Instituto Nacional para la Salud y la Excelencia Clínica (National Institute for Health and Care Excellence, NICE) del Reino Unido, por la Red Intercolegiada Escocesa de Guías (Scottish Intercollegiate Guidelines Network, SIGN) y por el Sistema Nacional de Salud (SNS) de España. Dichas guías se actualizan periódicamente, pero se publican de manera independiente para cada trastorno o, en el mejor de los casos, para grupo de trastornos, y, para algunos trastornos, no existen o su última actualización es ya antigua. Por otro lado, en España llevábamos más de 15 de años sin un manual que recogiera de forma actualizada los tratamientos psicológicos más eficaces para todos los trastornos psicológicos, es decir, las intervenciones que gozan de apoyo científico. El libro titulado *Manual de tratamientos psicológicos: adultos*, coordinado por el profesor Eduardo Fonseca, ha conseguido llenar este vacío, en un momento en el que, ahora y más que nunca, es necesario hacer visible el importante y relevante papel de la psicología en la salud y el bienestar de la población.

Este manual surge con el propósito de sintetizar la gran producción científica de los últimos años y lo hace desde un acercamiento didáctico y metódico. Bajo este objetivo se aportan datos con referencias bibliográficas muy actuales, acompañados de ejemplos en primera persona de pacientes con los que se ha trabajado y ejemplos de caso completamente desarrollados en cada capítulo sobre la intervención en la problemática específica, así como de términos clave y recursos profesionales como páginas web o sugerencias de lecturas más específicas y detalladas sobre determinados aspectos para el lector avezado. Todo ello hace de este manual un referente de formación tanto para profesionales que, siguiendo su obligación deontológica, quieran actualizar su conocimiento, como para futuros profesionales.

Es importante además destacar que, frente a las guías tradicionales, este manual va más allá de la mera asociación trastorno-intervención, a la que, no obstante, dedica trece capítulos basados en el enfoque nosológico de la Organización Mundial de la Salud, sistema de clasificación utilizado por el SNS en España, aunque, en el caso del libro, en su última versión, la CIE-11.

En primer lugar, este manual va más allá porque recoge la realidad terapéutica actual al examinar los factores que influyen en el éxito de la terapia psicológica y describir la razón por la que diferentes tratamientos son eficaces para la misma problemática, al analizar los factores comunes (tanto de los problemas psicológicos como de las psicoterapias), y las características de los consultantes. En esta dirección, un buen profesional de la psicología que dedique su labor a la práctica clínica habitual debe conocer estos aspectos, y la influencia de los mismos en la efectividad de las terapias, para de esta forma, poder facilitar o moldear aquellos que estén en sus manos. Quién sabe si, a través de este manual, quizá se pueda reducir esa brecha investigación-práctica clínica que todavía persiste en la práctica de la psicología clínica y establecer sinergias entre ambas para estudiar más a fondo estas variables, operativizarlas y validarlas, y que de esta forma el clínico las pueda integrar en la terapia.

De hecho, otro aspecto que se refleja en este manual es precisamente el reclamo de la reducción de la brecha entre la investigación y la práctica clínica. Al igual que sabemos desde hace tiempo que corazón y cerebro no son órganos opuestos, sino que trabajan y actúan en armonía para el bienestar de la persona, debemos entender que la práctica clínica sin la investigación no sería nada, un intento en vano de ayudar al prójimo a través de una bola de cristal, y la investigación sin la práctica clínica sería un amago por mejorar la salud, el bienestar y la calidad de vida de las personas, que nunca recibirían.

En segundo lugar, porque al hilo de lo anterior, este manual, realiza un análisis crítico sobre los problemas de campo y los enfoques terapéuticos, mostrando la necesidad de establecer los tratamientos entorno a constructos psicológicos y no a trastornos men-

tales. De esta manera acerca al lector el enfoque transdiagnóstico apostando por un modelo psicológico basado en la evidencia científica e intentando alejarse de este modo del modelo psiquiátrico.

Y, en tercer lugar, porque incorpora la comprensión de los problemas de entidad psicológica como “problemas vitales”. En este sentido, este manual ha hecho una valiente apuesta sobre la naturaleza compleja de los trastornos, dejando claro algo que tanto investigadores como clínicos ya venían observando desde hacía tiempo. Esa complejidad responde al hecho de que los trastornos se encuentran enmarcados dentro de un contexto histórico, ambiental y cultural, variando incluso en cada persona en función del momento de su vida, sus circunstancias (personales, laborales, familiares, etc.) y su entorno. Estos son aspectos clave de los trastornos que no podemos ni debemos obviar, y que tanto remarcamos los docentes a nuestros alumnos en las universidades.

De hecho, se desarrollan dos capítulos dedicados a dos problemáticas psicológicas, el suicidio y los problemas y trastornos relacionados con el embarazo, el parto y el puerperio, que reflejan de manera paradigmática esa complejidad y esos aspectos. Estas dos problemáticas generan mucho malestar y sufrimiento en las personas y previamente no habían adquirido la relevancia que merecen en manuales de este tipo, quizá porque el suicidio es un tema “tabú” en la sociedad, ya que nos hace reflexionar sobre el significado o la relevancia de nuestra propia existencia, o quizá porque se piensa que el embarazo y la maternidad deben ser dos etapas necesariamente felices en la vida de la mujer por el mero hecho de “dar o estar generando vida”. La elaboración de estos dos capítulos es un claro reflejo de la necesidad cada vez más patente, de visibilizar la realidad de la salud psicológica de las personas y disminuir el impacto negativo que tiene para aquellas que lo sufren. Cerrar los ojos ante la evidencia de estas problemáticas, solo nos lleva a generar una sociedad cada vez más frágil ante los problemas psico(patológico)s.

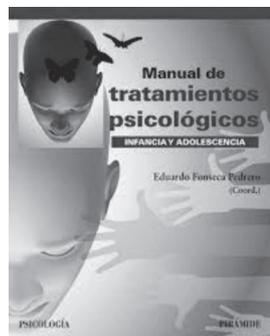
Sin lugar a duda, como investigadoras, docentes y terapeutas, podemos afirmar rotundamente que la presente obra es un magnífico manual en el que se recoge información científica actualizada, y lo es tanto para el docente que quiera guiar a los alumnos en el conocimiento de esta disciplina como para el profesional que quiera cumplir con el deber deontológico de estar formados y actualizados, no solo en los tratamientos psicológicos eficaces para los trastornos habituales, sino también en cómo o qué variables debemos tener en cuenta para maximizar los efectos beneficios de los mismos y reducir los posibles riesgos.

Revisado por:

Rocío Fausor y Beatriz Cobos

Universidad Complutense de Madrid

Manual de Tratamientos Psicológicos. Infancia y Adolescencia



Eduardo Fonseca Pedrero (Coord.)
2021, Pirámide

Era una obra necesaria. Aunque todo libro aporta algo nuevo, éste en particular cubre un vacío dejado veinte años atrás por sus predecesoras, las *Guías de Tratamientos Psicológicos Eficaces*, editadas también por Ediciones Pirámide, que durante las pasadas dos décadas fueron una referencia y una auténtica guía para consulta de estudiantes y profesionales.

En este tiempo se han producido numerosos avances en la ciencia de la psicología, lo que implica desarrollar nuevas visiones y revisiones que sinteticen el conocimiento. Por una parte, en el cuerpo del saber científico de la psicología, para el que este manual aporta síntesis y nuevas bases sobre las que seguir construyendo. También en el conocimiento aplicado, para el que se requiere de guía y orientación en la selección de tratamientos dirigidos a cada perfil. Los tratamientos psicológicos disponibles en población infanto-juvenil cuentan con dispares niveles de evidencia y de eficacia. Y abordar un trabajo de revisión, compilación, reflexión y síntesis es un esfuerzo de alabar por lo que supone de aportación a nuestro colectivo profesional. Era necesario por tanto actualizar. El *Manual de tratamientos psicológicos, Infancia y Adolescencia*, coordinado por Eduardo Fonseca, recoge el testigo y avanza más allá.

El manual reúne muchas virtudes que se agradecen en la lectura y consulta de una publicación científica. La primera es su exhaustividad de contenidos. Recorre, con buen criterio organizativo, y estableciendo un claro hilo conductor, los principales tratamientos y programas estandarizados para los distintos problemas psicológicos infanto-juveniles. La segunda, su profundidad de análisis, que ofrece al lector una visión completa del problema y su tratamiento psicológico. La tercera, su planteamiento didáctico que posibilita un acercamiento tanto inicial como de profundización en los distintos temas que se abordan.

A lo largo de sus veinticinco capítulos se hace un recorrido por los principales, por no decir todos, los tópicos en el tema. En su primera parte se incluyen tres capítulos que revisan las bases sobre los tratamientos psicológicos en la infancia, los modelos de intervención en psicoterapia infanto-juvenil y los programas terapéuticos basados en el enfoque transdiagnóstico. La segunda parte del manual se dedica a los trastornos del neurodesarrollo: desarrollo intelectual, trastornos del lenguaje, trastornos del espectro autista, déficit de atención con hiperactividad, del movimiento y desarrollo motor y los trastornos del desarrollo del aprendizaje. En la tercera parte se examinan los trastornos del comportamiento, incluyendo el trastorno desafiante y oposicionista y trastorno disocial. En la cuarta parte se presentan los trastornos relacionados con procesos fisiológicos básicos, como los trastornos de la eliminación, los trastornos de la conducta alimentaria, y del sueño. La parte quinta aborda los trastornos emocionales, de estrés y obsesivo-compulsivo. La parte sexta, titulada Problemática en el ajuste psicológico, revisa los tratamientos para la conducta suicida, acoso escolar y ciberbullying, conductas adictivas, adicciones conductuales, duelo, y síntomas psicóticos.

Finalmente, en la parte séptima se recapitulan todos los contenidos tratados a lo largo del manual y se sintetizan las conclusiones sobre la evidencia de programas eficaces para cada problema/trastorno, abogando por el modelo contextual como una alternativa posible ante algunos dilemas no resueltos en psicología clínica infanto-juvenil. La labor de coordinación va más allá de la compilación de contenidos, aportando una integridad y coherencia al conjunto de los contenidos del libro.

Precisamente para fortalecer su carácter didáctico, cada capítulo incluye al final varios apartados novedosos, como la sección “En primera persona”, en la que se da voz, a colación de cada problema/capítulo, a personas que han vivido situaciones próximas al

problema abordado y que contribuyen a humanizar y poner cara a los contenidos que se presentan. Un caso clínico ilustrativo de cada problema, comentado por los autores del capítulo ayuda a integrar y ejemplificar lo tratado. Finalmente se incorporan recursos para consolidar y ampliar información, en forma de glosario, apartado de enlaces web y bibliografía comentada.

Toda nueva publicación es motivo de felicitación por lo que representa de crecimiento y avance de nuestra disciplina. Este manual especialmente, por tratarse de una obra con vocación e ingredientes para convertirse en un libro de consulta obligada a la vez que una herramienta de utilidad para el campo aplicado.

Revisado por:

José Pedro Espada Sánchez
Universidad Miguel Hernández

■ La mente obsesiva. El tratamiento del trastorno obsesivo- compulsivo

Francesco Mancini (Ed.)
2021, Descleé de Brouwer



Para mí es un auténtico placer presentar este texto a mis colegas hispanohablantes. Coordinado por el Dr. Francesco Mancini, hay que destacar que los autores son, todos ellos, expertos en el campo, y con una muy notable trayectoria clínica e investigadora. Profesores, investigadores, terapeutas, pertenecientes a centros, universidades, hospitales y asociaciones de reconocido prestigio en Italia, e internacionalmente. Me refiero, por ejemplo, a la “Scuola di Psicoterapia Cognitiva” (SPC), a la “Associazione di Psicologia Cognitiva” (APC), o al “Centro de Psicoterapia Cognitiva” (Roma).

Este libro se centra en un trastorno presente en la historia de la humanidad y descrito en personajes históricos y literarios. Lady Macbeth, lavándose las manos compulsivamente, exclama:

Lady Macbeth: *¡Todavía el hedor de sangre! ¡Todos los perfumes de la Arabia no embalsamarían esta mano mía!*

William Shakespeare, “Macbeth”, Acto V, Escena I

¿Qué está detrás de ello? Una idea obsesiva y su compulsión correspondiente, consecuencia del asesinato de Duncan. Metafóricamente, Lady Macbeth intenta lavar su culpa por la comisión de un acto moralmente reprochable y del que es responsable. ¿Es esto algo inusual? Parece ser que no.

¿Quién no comprueba, varias veces en muchas ocasiones, si ha apagado las luces, o en tiempos de COVID se lava con cuidado las manos, o es meticuloso sobre cómo ordenar las cosas? Estas ideas y comportamientos aparecen con cierta frecuencia en la población. Sin embargo, ¿qué ocurre cuando lo anterior deja de ser una simple manía o es difícil considerar, simplemente, que somos más cuidadosos y ordenados que los demás? Recibir un diagnóstico de trastorno obsesivo-compulsivo (TOC) sitúa a la persona bajo las coordenadas de un trastorno altamente incapacitante y difícil de tratar.

Partiendo de esta situación, cabe preguntarse, ¿qué aporta este texto de Mancini?, ¿cuál es su propuesta? Fundamentalmente, un enfoque basado en una lectura actualizada, y exclusivamente psicológica sobre la conceptualización del TOC y su correspondiente

y coherente forma de tratamiento. Descrito por el Profesor Mancini en la Introducción, la tesis principal del texto sería que las preocupaciones excesivas morales son la raíz del trastorno; esto es, que detrás de las obsesiones y las compulsiones habría un miedo intenso a la culpa. Señalar esta dimensión moral amplia antecedentes científicos en el campo, como los trabajos clásicos de Rachman y de Salkovskis, de comienzos de los 80’.

Partiendo de ello, con qué se va a encontrar el posible lector. El texto se mueve en cuatro direcciones, destacadas por Mancini:

1. Definir de forma más específica el tipo de culpa temido por los pacientes obsesivos, es decir, el sentimiento de culpa deontológico.
2. Mostrar cómo este sentimiento de culpa específico incrementa la sensibilidad al riesgo de contaminarse con sustancias desagradables.
3. Ilustrar cómo el temor a la culpa puede dar razón de los numerosos interrogantes planteados por la compleja fenomenología obsesiva.
4. Y, sobre todo, mejorar nuestra comprensión de los pacientes y de su terapia.

Para seguir interesando al lector repasemos, brevemente, su propuesta.

Para el desarrollo de la teoría (Parte I; 6 capítulos), el libro comienza focalizándose en cuáles son las características del TOC enmarcadas dentro de las “Teorías de la Valoración”. Es decir, aquellas teorías psicológicas que relacionan el TOC con creencias específicas (por ejemplo, sobre la *responsabilidad excesiva*, según los trabajos de Salkovskis), con valoraciones que hace el paciente sobre sí mismo y sobre la realidad que le rodea. A partir de esta presentación inicial del TOC se introducen los principales interrogantes que plantea este trastorno, como, por ejemplo, por qué creemos que nos podemos contaminar si nos rozamos, en la calle, con un transeúnte que pensamos que tiene el SIDA, o por qué las soluciones que intentamos poner en práctica se caracterizan por ser precisas, repetidas, persistentes y ritualizadas. Las respuestas a estos interrogantes se amplían en otros capítulos del texto.

Los capítulos siguientes se centran en los objetivos y creencias determinantes próximos relacionados con el foco principal del texto, es decir, no ser culpables en el sentido deontológico; en los procesos cognitivos relacionados con este sentido deontológico, como, por ejemplo, la necesidad que tienen estos pacientes de tener la certeza de NO haber faltado a su deber, o de NO haber subestimado, de manera irresponsable, la amenaza, etc. En otro capítulo se exponen los déficits cognitivos en el TOC, revisando las principales investigaciones en campos como el de la memoria, procesos atencionales, razonamiento, control inhibitorio, etc. Finalmente, la Parte de Teoría termina desarrollando lo que supone la vulnerabilidad en este trastorno, centrándose, ante todo, en las experiencias tempranas relacionales que contribuyen a la representación catastrófica de la culpa deontológica.

En los 12 capítulos que corresponden a la Parte II sobre “La clínica”, el lector va a poder aprender el procedimiento terapéutico a seguir, y de una manera coherente con el objetivo principal del texto, el TOC y su relación con la culpa. Tal y como se plantea en el Capítulo 7 es necesario que el terapeuta conozca lo que es conveniente y posible hacer, para pasar luego a desarrollarlo en los siguientes capítulos. Así el lector se encontrará con una doble justificación de las metas terapéuticas en el TOC, 1) interrumpir o reducir los procesos recurrentes que alimentan o mantienen el trastorno; y 2) reducir la sensibilidad del paciente hacia la culpa, es decir, su disposición a sentirse moralmente despreciable.

Estos dos objetivos terapéuticos se desarrollan, en primer lugar, facilitando el terapeuta un esquema ABC (a la manera de Ellis) que describa al paciente su trastorno y cómo aparece en determinadas situaciones, lo que facilita la motivación y la adherencia al tratamiento. En capítulos siguientes se explica cómo aplicar distintos tipos de técnicas, por ejemplo, técnicas de reestructuración cognitiva, técnicas de mindfulness y técnicas clásicas como la exposición y prevención de respuestas. Es importante destacar los capítulos en los que se desarrollan técnicas de tipo cognitivo para áreas y objetivos importantes en el tratamiento del TOC, por ejemplo, cómo trabajar con el asco y la contaminación, cómo aceptar riesgos, cómo reducir la vulnerabilidad, en el presente y asociada a factores de mantenimiento y para evitar las recaídas. Es importante, teniendo en cuenta los antecedentes históricos del paciente, centrarse en la vulnerabilidad histórica, reconstruyendo la historia de vida del paciente y trabajando con la comprensión y detección del clima familiar y educativo, así como de los traumas que hayan podido sensibilizar al paciente hacia el temor a la culpa y el disgusto. Este trabajo permite, además, reatribuir la sensación de culpa ante acontecimientos del pasado, y lograr una mayor tolerancia ante la posibilidad de culpabilizaciones futuras.

Estos capítulos sobre tratamiento se ven complementados con otros de gran importancia terapéutica, como el trabajo con las recaídas y cómo terminar la terapia; qué ocurre con los familiares y cómo pueden colaborar en el tratamiento; para terminar con un ca-

pítulo muy importante para el terapeuta donde se analizan y resuelven las trampas que el paciente se hace y que dificultan conseguir los objetivos del tratamiento. Inevitablemente, cuando el paciente reflexiona sobre su experiencia terapéutica y su relación con el terapeuta, dichas trampas se relacionan con lo mismo que propició el desarrollo del TOC, la sensación de culpa.

El libro consigue aunar de una manera coherente y muy clara la teoría, con la práctica clínica y la investigación, siendo una síntesis magnífica que facilita al clínico (y al futuro clínico) entender al paciente con TOC y saber qué hacer. Logra, además, acercar un tema complejo al lector mediante numerosos ejemplos y casos clínicos que permiten situar y entender la teoría y la práctica. Igualmente, su lectura, a pesar del abordaje exhaustivo que se hace del tema, es amena ya que los casos descritos, los cuadros resumen y los diálogos y comentarios terapéuticos hacen que el lector siga y entre fácilmente en el texto. Finalmente, es importante señalar que cualquier hipótesis o elemento central se sustenta sobre la evidencia científica y sobre los numerosos trabajos que sobre el TOC se han realizado, revisados y actualizados por los autores.

No nos sentimos culpables por leerlo.

Revisado por:

Isabel Caro Gabalda

Universidad de Valencia

