
Reflexiones Sobre el Artículo “El estado de la ciencia de la psicoterapia en Puerto Rico: ¿Una copa media llena o media vacía?”

Edgardo Morales Arandes, Ed.D.

Universidad de Puerto Rico, Recinto de Río Piedras

Resumen

Palabras claves:

Terapia basada en la evidencia, evidencia basada en la práctica, pluralismo metodológico

En este escrito reflexiono sobre el artículo “El estado de la ciencia de la psicoterapia en Puerto Rico: ¿Una copa media llena o media vacía?” Señalo que el mismo se fundamenta en el discurso de las Terapias Basada en la Evidencia (TBE) y enmarcó su análisis, conclusiones y sugerencias dentro de esta propuesta. Hago un resumen de varias de las críticas que se le han hecho dentro de la psicología, a la propuesta de las TBE. Cuestiono particularmente, la retórica que acompaña el uso de los ensayos clínicos, señalo sus limitaciones, cuestiono sus pretensiones hegemónicas y su aplicabilidad en la psicoterapia. Como acercamiento alterno para evaluar la efectividad de la psicoterapia, sugiero pensar al psicoterapeuta y su cliente como investigadores y co-evaluadores y propongo asumir un pluralismo metodológico que fomente el uso de múltiples opciones metodológicas para evaluar y generar evidencia desde los contextos en que esta se practica en Puerto Rico.

Abstract

Keywords:

evidence based practice, practice based evidence, methodological pluralism

This is a reflection on the article “The state of the science of psychotherapy in Puerto Rico: A cup half empty or half filled?” I point out that this article is based on the discourse of Evidence Based Therapies (EBT). I contextualize its analysis, conclusions and suggestions within the scope of its discourse. I summarize several of the criticisms that have been made of EBT’s within our discipline. I particularly question the rhetoric that accompanies the use of clinical trials, point out its limitations, hegemonic pretentions and applicability to psychotherapeutic practice. As an alternative approach for evaluating the effectiveness of psychotherapy, I suggest that psychotherapist and client be thought of as co-researchers and co-evaluators and propose a methodological pluralism as a research stance that promotes the use of multiple

methodological options to evaluate and generate evidence that emerges from the contexts in which therapy is practiced in Puerto Rico.

El artículo “El estado de la ciencia de la psicoterapia en Puerto Rico: ¿Una copa media llena o media vacía?”, se inserta en un debate que comenzó hace más de veinte años con lo que se denominaron entonces las Terapias Empíricamente Validadas, y denominadas hoy como las Terapias Basadas en la Evidencia (TBE). Este se sitúa en uno de los polos de este debate, en el cual se vincula la noción de ciencia en la psicología con el uso del método experimental. Al describir el estado de la ciencia de la psicoterapia en Puerto Rico, se refiere a una revisión de los resultados de los ensayos clínicos realizados en la isla. Al evaluar el uso de otros modelos de psicoterapia concluye “que no existe evidencia alguna” de que éstas son efectivas ya que no han sido evaluadas por los principios de las TBE y al hacer recomendaciones para investigaciones futuras, las hace fundamentándose en el modelo de las TBE.

Espero que mi reflexión sobre este artículo produzca un intercambio fértil de ideas. Debido a los requisitos del editor, necesitaré sintetizar y limitar el número de mis argumentos y observaciones. Espero que esta conversación se pueda convertir en un verdadero diálogo que pueda profundizarse y ampliarse e incluir voces adicionales y trasladarlo a otros foros y otras publicaciones.

Contribuciones y áreas de convergencia

Este artículo es un paso de avance para aquellos investigadores que creen y están interesados en promover el discurso y la metodología de las TBE en Puerto Rico, particularmente por el número limitado de ensayos clínicos realizados y porque, como bien señalan los autores, en ninguna de las investigaciones realizadas, se cumplen con las condiciones de un *Tratamiento Bien Establecido*. Esto, debe ser materia de preocupación para los promotores de las TBE y debe convocarlos a tomar acciones concertadas para expandir su caudal de

investigaciones. Comparto además, su convocatoria de que se hagan y se divulguen estudios que den cuenta de la utilidad de la psicoterapia, que en sus diversas formas se practica en Puerto Rico y que nos aseguremos que estos acercamientos sean culturalmente sensibles y no cause daños adicionales a nuestros consultantes.

Transfondo y Críticas a las TBE

La propuesta de las TBE representa un choque paradigmático que forma parte de lo que Norcross, Beutler y Levant (2006), describieron como una de las guerras culturales dentro de la psicología. Las TBE son producto de un proceso histórico que, como movimiento social concertado en la psicología, tuvo sus orígenes en la década de los noventa cuando la división 12 de la American Psychological Association (APA), preocupados por la hegemonía de la biologización de la psiquiatría, formó un comité para educar a los psicólogos clínicos, las aseguradoras y al público sobre las psicoterapias efectivas. (Task Force on Promotion and Dissemination of Psychological Procedures, 1993). Las recomendaciones de este Comité y otros que lo sucedieron (Chambless, D., Sanderson, W. C et al. 1996, Chambless, D., Baker, M., et al. 1998) causaron revuelo y oposición vigorosa en el interior de múltiples divisiones de la APA, ya que veían en ella un intento por imponer una visión particular de la psicología y de homogeneizar y estandarizar la práctica de la psicoterapia y la investigación (Elkins, 2007).

Este choque paradigmático nos convida a reflexionar sobre las consecuencias de adoptar en las ciencias humanas, los supuestos ontológicos, epistemológicos y metodológicos que caracterizan las ciencias naturales. Sobre esto Giorgi (2000) y Gergen (2001) han sugerido modos alternos de pensar sobre la ciencia en la Psicología. La idea de que existe una sola forma de concebir la ciencia es parte de un paradigma que no es compartido por todos los investigadores. Por ejemplo, McNamee y Hosking, (2012) señalan que “The human sciences, depending on which community you look at, are no longer characterized by one generally agreed-on paradigm but by a variety that exist simultaneously.” (p 22)

Por otro lado, el uso del método experimental en el campo de la psicología también, ha sido cuestionado ampliamente (Ibañez, 1992; Gergen 1978). En las TBE, la experimentación se manifiesta a través de los Ensayos Clínicos (EC), práctica requerida por este modelo. La utilidad y la validez de los EC ha sido criticada por distintos investigadores. Por ejemplo, los ensayos clínicos en la medicina se aseguran que quienes dispensan el tratamiento, al igual que quienes lo reciben, desconocen si pertenecen al grupo de control o al grupo experimental. Esto no es el caso con las TBE, ya que el terapeuta que utiliza el manual sabe lo que está haciendo (Wampold, Imel, & Miller, 2009). Por esto y por otros factores relacionados al diseño, se ha cuestionado el impacto que tiene el sesgo del investigador, la lealtad al modelo terapéutico, y la comparación injusta sobre la validez de los resultados de los EC (Duncan, B. & Reese, 2013).

Además de estos señalamientos, también, se ha criticado la dependencia de las TBE del modelo médico y el uso de categorías diagnósticas provenientes del DSM, por sus bajos índices de confiabilidad, su falta de validez y porque éstas no están correlacionadas con los resultados de la terapia (Cooper, 2014; Duncan, & Reese, 2013).

También, se ha cuestionado el uso de manuales, otro requisito de las TBE, por su impacto sobre la calidad de la relación terapéutica, porque ignora las características relacionales de la psicoterapia y porque delimita la investigación a solo aquellas psicoterapias que pueden ser manualizadas (Bohner, 2006; Elkins 2007).

Los proponentes del llamado modelo contextual también, han cuestionado la idea en las TBE, de que el modelo de psicoterapia o la técnica es la variable que determina los resultados que se obtienen en la psicoterapia. Estos sostienen que no existe evidencia de que esto sea el caso. Argumentan que existe una robusta evidencia empírica de que factores comunes a la mayoría de los modelos psicoterapéuticos (asociados al cliente, al terapeuta y a la relación entre los dos), son los que tienen una mayor capacidad predictiva de los resultados de la psicoterapia (Wampold, & Imel, 2015; Wampold, Imel, Miller, 2009).

Me ubico entre aquellos que sostienen que existen razones de peso para cuestionar el discurso, la retórica y la práctica de las TBE. Pienso que su propuesta está entrampada en una confusión semántica que se origina en el momento en que se aceptó el modelo médico como marco de referencia para pensar, hablar e investigar sobre el quehacer psicológico (Albee, 2000). Esto es lo que permite que a finales del siglo XX y a comienzos del siglo XXI pensemos en la psicoterapia como un tipo de píldora, cuya efectividad puede ser validada de la misma forma que se validan los efectos de un componente químico.

El asumir el ensayo clínico como el “estándar dorado” en la producción de evidencia en la psicoterapia, es una interpretación acomodaticia de lo que implica la experimentación regulatoria. Un experimento clínico no valida una medicina, valida un compuesto químico. Por lo tanto, lo que suelen validar los EC no es una psicoterapia sino un manual, que puede o no estar fundamentado en una modalidad psicoterapéutica particular. Utilizar un manual, implica comportarse con la misma disciplina que utilizan los equipos de manufactura al producir fármacos, cuando se aseguran que el proceso de producción, al igual que los componentes químicos que utilizan y mezclan, tienen las mismas características que los utilizados en los ensayos clínicos que fueron aprobados por el Food and Drug Administration (FDA). Alterar procedimientos, o añadir, modificar o sustraer algunos de los componentes químicos es una violación regulatoria, sujeta a sanciones. Es decir, en ese juego, no hay un espacio para la desviación. Asumir la práctica manualizada requiere entonces, adherirse fielmente a lo que un manual establece, lo que incluye seguir los procedimientos utilizados (que pueden ser largos y extensos) para diagnosticar las “condiciones” para las cuales un “tratamiento” es el adecuado. Implica además, que su validez puede ser cuestionada, si éste no contiene las instrucciones necesarias para asegurar la réplica del procedimiento utilizado en el estudio clínico, o si este no provee una respuesta apropiada y validada ante imprevistos que ocurran en la psicoterapia.

El carácter relacional de la psicoterapia, la variedad y complejidad de situaciones que enfrentamos como psicoterapeutas, hace difícil este tipo de aplicación de instrucciones y manuales. Es por esto en parte, que los estudios de las TBE han sido criticados por su falta de validez externa (Tilsen & McNamee, 2014) y puede ser un factor que ha dificultado la diseminación de las TBE a través de la práctica profesional (Wampold, Imel, Miller, 2009).

Por estas y otras razones, el discurso de las TBE deja fuera una parte significativa de nuestra profesión y exhibe lo que Bohner (2006) calificó como tendencias hegemónicas, en donde se pretende imponer una concepción particular de la psicoterapia y lo que debe ser considerada como evidencia. Esta postura excluye entre otros, a aquellos terapeutas que no están atados a un modelo psicoterapéutico particular, cuya práctica no está gobernada por la metáfora médica, cuestionan la utilidad del DSM y consideran a la psicoterapia como una conversación y un proceso dialógico que no está sujeto a la manualización (Morales, 2010; Elkins, 2007).

Conclusiones Finales

Más que un trabajo sobre el estado de la ciencia de la psicoterapia en Puerto Rico, este es un escrito sobre el estado de la investigación de las TBE en la isla. La afirmación que aparece en el título del artículo puede tener sentido desde la perspectiva ideológica de las TBE y como el tipo de ejercicio retórico que es práctica común en el contexto de un debate en las ciencias sociales. Sin embargo, he argumentado que existen otras maneras de pensar sobre las ciencias humanas. Existen paradigmas alternos que amplían las alternativas metodológicas para evidenciar la efectividad de la psicoterapia que se practica en Puerto Rico.

En cuanto a la investigación, me identifico con las posturas que proponen Gergen y Gergen (2011) sobre el pluralismo radical. Esta postura asume que no existen fundamentos para asumir que una tradición de investigación es superior a otra. Resalta además, la importancia de reconocer los supuestos epistemológicos, ontológicos y metodológicos que subyacen nuestros modelos de investigación y formas de hacer psicoterapia y considerar como estos orientan nuestra práctica y construyen y le dan sentido a las

realidades que percibimos e investigamos. Desde esta postura, se asume que los diferentes métodos de investigación (incluyendo la experimentación) pueden servir como opciones discursivas y recursos para investigadores y psicoterapeutas (McNamee, & Hosking, 2012).

Confieso que tengo preferencia por opciones metodológicas que resaltan el valor de la colaboración, la inclusión, y la construcción conjunta del sentido. Prefiero las de índole cualitativo que pueden dar cuenta del carácter único e irrepetible de la relación terapéutica, y de la complejidad de la experiencia humana. Creo importante evaluar los resultados de la gestión profesional, pero invitando al investigador e investigado, consultante y psicoterapeuta, a participar juntos en dicha evaluación (McNamee, & Hosking, 2012). Me interesa que la evidencia sirva para producir aprendizajes “locales”, que sean relevantes y aplicables en el contexto de una situación o relación particular. Estos conocimientos pueden servir como referentes para otras relaciones y situaciones futuras, sin pretender operar como prescripciones para “tratar” a ciertos tipos de personas o “condiciones” clínicas.

Otra opción metodológica que puede servir para evaluar la práctica de la psicoterapia en Puerto Rico y generar conocimiento que sea útil para sus practicantes y las poblaciones que sirven es el modelo de la Evidencia Basada en la Práctica (Evidence Based Practice). Este acercamiento hace uso de múltiples metodologías para investigar y recoger evidencia sobre la psicoterapia desde los contextos reales en las que ésta se practica. Esto, para derivar conclusiones sobre los resultados de la psicoterapia y los factores que están relacionados con su efectividad (Holmqvist, R., Philips, B. & Barkham, M. 2015).

Considero que puede ser conveniente pensarse al psicólogo o psicóloga como un investigador y a la investigación, como una práctica cotidiana que se puede lograr mediante proyectos formales de investigación o como parte integral de nuestro quehacer profesional diario (St. George, & Wulff, 2014). Cada interacción psicoterapéutica puede verse como un proyecto de investigación al que se puede enfrentar con una postura

reflexiva para examinar supuestos, hacer observaciones, y evaluar sus resultados.

Puede implicar además, adoptar una postura que destaque el carácter colaborativo de nuestra gestión y suponer que terapeutas y consultantes poseen conocimientos y experiencias valiosas que pueden aportar a nuestro entendimiento de lo que constituye y lo que cuenta como evidencia y una terapia efectiva. Esta forma de investigar tiene el potencial de generar aprendizajes útiles, asentados en la experiencia y los resultados de la práctica, e informados por la perspectiva de sus participantes (Tilsen & McNamee, 2014).

Preparar las condiciones que faciliten esta postura de evaluación conjunta sobre los resultados de la psicoterapia, y estimular los procesos de educación que la promuevan debe ser una tarea central de nuestros programas de formación de terapeutas y de educación continua. Generar los espacios de diálogo y divulgación que promuevan el intercambio de conocimientos, experiencias, y resultados (incluyendo los de los TBE), puede formar parte de una agenda compatible con el propósito que entiendo motiva este artículo: el desarrollo de la ciencia y el arte de la psicoterapia en Puerto Rico.

Referencias

- Albee, G. (2000) The Boulder's model fatal flaw. *The American Psychologist*, 55(2), 247-248.
- Bohart, A. (2006). The active client. In J. Norcross, L. Beutler & R. Levant (Eds.). (2006). *Evidenced-based practices in mental health* (pp.218-226). Washington D.C.: American Psychological Association.
- Chambless, D., Baker, M., Baucom, D., Beutler, L., Calhoun, K., Crist-Christoph, P., ... Woody, S. (1998). An update on empirically validated therapies, II. *The Clinical Psychologist*, 51(1), 3-16.

- Chambless, D. L., Sanderson, W. C., Shoham, V., Bennett Johnson, S., Pope, K. S., Crits-Christoph, P., ...
McCurry, S. (1996). An update on empirically validated therapies. *The Clinical Psychologist*, 49, 5-18.
- Cooper, R. (2014) *Diagnosing the statistical manual of mental disorders*. London: Karnac Books.
- Duncan, B., Miller, S., Wampold, B. & Hubble, M. (2010) *The heart and soul of change*. Washington D.C.: American Psychological Association.
- Duncan, B., & Reese, D. (2013). Empirically supported treatments, evidenced-based treatments, and evidenced based practice. In G. Striker & T. Widiger (Eds.), *Handbook of psychology* (pp. 489-51).) Hoboken, New Jersey: John Wiley & Sons.
- Elkins, D. (2007). Empirically supported treatments: the deconstruction of a myth. *Journal of Humanistic Psychology*, 47 (4), 474-501.
- Gergen, K. (1978) Experimentation in social psychology: a reappraisal. *Journal of Social Psychology*, 8, 507-527.
- Gergen, K. (2001). Psychological science in a postmodern context. *The American Psychologist*, 56, 803-813
- Gergen, K., & Gergen, M. (2011) *Reflexiones sobre la construcción social*. Barcelona: Paidós.
- Giorgi, A. (2000) Psychology as a human science revisited. *Journal of Humanistic Psychology*, 40(3), 56-73.
- Holmqvist, R., Philips, B., & Barkham, M. (2015) Developing practice-based evidence: Benefits, challenges, and tensions, *Psychotherapy Research*, 25(1), 20-31.
- Ibáñez, T. (1992). *Aproximaciones a la psicología social*. Barcelona: Sendai.
- McNamee, S., & Hosking, D. M. (2012). *Research and social change*. New York: Routledge.
- Morales-Arandes, E. (2010) Therapeutic Heresies: A relational-constructionist approach to psychotherapy. *Human Systems*, 21(3), 420-443.

- Norcross, J., Beutler, L., & Levant, R. (Eds.). (2006). *Evidenced-based practices in mental health*. Washington D.C.: American Psychological Association.
- St. George, S., & Wulff, D. (2014). Research as daily practice. In G. Simon & A. Chard (Eds.), *Systemic Inquiry* (pp. 292-308). Farnhill, UK: Everything is Connected Press.
- Task Force on Promotion and Dissemination of Psychological Procedures. (1993). *A report adopted by the Division 12 Board - October 1993*. Retrieved from <http://www.div12.org/sites/default/files/InitialReportOfTheChamblessTaskForce.pdf>
- Tilsen, J., & McNamee, S. (2014). Feedback informed treatment: evidenced based practice meets social constructionism. *Family Process, 54*(1), 124-137.
- Wampold, B., & Imel, Z. (2015). *The great psychotherapy debate: the evidence for what makes psychotherapy work*. New York: Rutledge.
- Wampold, B. E., Imel, Z. E., & Miller, S. D. (2009). Barriers to the dissemination of empirically supported treatments: Matching messages to the evidence. *The Behavior Therapist, 32*(7), 144-155