

---

## Bernal y Colaboradores/as Contestan

# ¿Cómo Podemos Mejorar la Práctica Psicológica y los Tratamientos en Puerto Rico? Una Respuesta a Pérez-Pedrogo y Rivera-Suazo

---

*Kelvin Mariani Escalante*

*Universidad de Puerto Rico, Recinto de Río Piedras*

*Guillermo Bernal, Ph.D.*

*Universidad de Puerto Rico, Recinto de Río Piedras*

*Cristina Adames*

*Universidad de Puerto Rico, Recinto de Río Piedras*

*Maily Almonte*

*Universidad de Puerto Rico, Recinto de Río Piedras*

### **Resumen**

#### **Palabras claves:**

*Efectividad, Tratamientos Basados en Evidencia, Practica Psicológica Basada en Evidencia, terapia*

#### **Abstract**

#### **Keywords:**

*Effectiveness, Evidence Based Treatment, Evidence Based Practice in Psychology, therapy*

Los psicólogos tienen el deber de velar por la seguridad y el bienestar de sus pacientes. Por lo tanto es necesario realizar investigación que nos permita determinar que una terapia psicológica no presenta efectos adversos, ya sean físicos o emocionales. Discutimos estrategias como el “benchmarking”, las revisiones de la literatura sistemáticas y el meta-análisis contribuyen a formar una base empírica sobre la efectividad de tratamientos y prácticas psicológicas-basadas en la evidencia.

Psychologists have a duty to safeguard the security and well-being of their patients. Therefore it is necessary to carry out research to determine whether or not a psychological treatment may produce physical or emotional adverse effects. We discuss methods such as benchmarking, systematic reviews, and meta-analysis as strategies to build an empirical base on the effectiveness of treatments and psychological practices.

La posición de Pérez-Pedrogo y Rivera-Suazo (2015) se asemeja a la nuestra en apoyar el desarrollo de una base científica sobre la efectividad de tratamientos psicológicos para determinadas personas que sufren condiciones de salud mental. Dicho cuerpo de información permitiría identificar para quienes y con qué condiciones estas terapias psicológicas serían de mayor utilidad dentro de nuestro contexto cultural. Las autoras asumen una posición crítica ante la práctica del quehacer psicológico. Martínez-Taboas (2015) presenta una postura similar al revelar en su estudio como la práctica clínica en Puerto Rico está desvinculada de las mejores prácticas. Dicha práctica no se basa en la evidencia como tal, sino en la preferencia, la tradición, o por anécdotas compartidas entre algunos profesionales. Es aquí donde es pertinente indagar las maneras en que podemos mejorar y crear esfuerzos para concientizar a más profesionales y consumidores sobre los beneficios de las prácticas psicológicas basadas en la evidencia (PPBE) (APA, 2006) así como los tratamientos basados en la evidencia (TBE) (Task Force on Promotion and Dissemination of Psychological Procedures, 1995).

Las PPBE promueven tratamientos basados en la evidencia empírica con el propósito de aumentar la eficacia de los servicios que se le proveen a los y las clientes y a su vez promoviendo la salud pública (Norcross, 2010). Las investigaciones respaldan los resultados positivos de las PPBE en poblaciones, siendo beneficiosas para el desarrollo de la ciencia de la psicología (Martínez-Taboas, 2015). Mientras que los TBE buscan identificar modalidades que demuestren mediante la evidencia empírica su efectividad para ciertas condiciones. De modo que debemos estar constantemente cuestionándonos sobre las prácticas y tratamientos que se proveen en Puerto Rico. La reflexión crítica nos permite cuestionar ¿son los tratamientos y las prácticas aplicadas adecuadas para las condiciones clínicas que atendemos? Buscamos que se propicien las prácticas psicológicas que cuenten con evidencia de su efectividad, de modo que le brindemos el tratamiento adecuado para la condición que presente el paciente, a su vez tratándolo de manera digna y velando por el bienestar del mismo. Parte del interés en

propiciar las TBE y las PPBE es para reducir los riesgos y posible daño en el cual pueda incurrir un paciente al recibir modalidades de tratamientos que no cuentan con evidencia sobre su efectividad.

En Puerto Rico, hay algunos trabajos iniciados sobre los efectos negativos de las psicoterapias (Martínez-Taboas & Francia, 2003) y de los efectos estigmatizantes de algunas prácticas psicológicas (Rivera-Suazo, Albizu, Santiago, & Perez, 2015). Debemos prestar atención a los resultados positivos, pero también asegurarnos que la población no reciba efectos adversos, ya sean físicos o emocionales. Como psicólogos, debemos velar por la seguridad y el bienestar de todo aquel que solicite nuestros servicios. Para mejorar el cuidado que se provee al paciente debemos unir la investigación con la práctica psicológica (Kazdin, 2008). Se propone también la evaluación de nuestros métodos para la mejoría de tales prácticas (Kazdin, 2008).

Un estudio realizado en Canadá (Spilka & Dobson, 2015), sugiere como estrategias alternas el “benchmarking” o el uso de un criterio externo de comparación basado en ensayos clínicos aleatorizados existentes antes de incurrir en el esfuerzo y costo de un ensayo clínico comparativo para evaluar la efectividad de tratamientos psicológicos. Spilka y Dobson (2015) abogan a favor de implementar tratamientos que también han sido adaptados culturalmente, y que se utilice la misma estrategia de modo que se pueda comparar el nivel de adaptación. Una internacionalización de estrategias como el “benchmarking” permite que se creen acervos que muestren la efectividad y la adaptación cultural de las prácticas psicológicas en diversos países (mediante la comparación de los tamaños de efectos de dichos estudios). La estrategia de benchmarking elaborada por Spilka y Dobson (2015) es similar a las revisiones sistemáticas y los meta-análisis. Dichas estrategias toman en cuenta los resultados de varios estudios que al estandarizar las medidas de resultados, nos permite evaluar y comparar los diversos tipos de tratamientos, de modo que se pueda llegar a conclusiones sobre su efectividad. Para la evaluación de la efectividad es vital la medición al evaluar los cambios o el rendimiento de la psicoterapia en el cliente (Bernal, Adames & Almonte, 2015). La incorporación

de la medición y el uso de instrumentos psicológicos pueden proveer un grado de evidencia que ayuda a documentar la mejoría en los síntomas. A su vez, las medidas de cambio funcionan como evidencia en la cual basarnos para evaluar someramente la reducción de los síntomas que presenta el paciente.

En Puerto Rico ya se cuenta con un portal electrónico de prácticas basadas en la evidencia orientado a intervenciones preventivas. Dicho archivo lo establece la División de Servicios Comunitarios del Centro de Investigación y Evaluación Sociomédica de la Universidad de Puerto Rico, Recinto de Ciencias Médicas. El portal se encuentra en el siguiente enlace <http://archivopbe.info/>. De hecho, recientemente se publicó un artículo sobre el archivo digital (Sánchez-Cesareo, Santiago-Rodríguez, Morales-Boscio, Hernández-Gierbolini, Toro Torres, & Colón-Jordan, 2016). En Puerto Rico necesitamos archivos como este que también incluyan tratamientos y prácticas psicoterapéuticas basados en la evidencia.

Por otro lado, el estudio de Norcross y Koocher (2006), ofrece una alternativa metodológica mediante el uso de encuesta a expertos usando una lista de tratamientos e instrumentos psicológicos. Los expertos encuestados deben de identificar si una serie de tratamientos están desacreditados o no. Este procedimiento conocido como el *Método Delphi*, pretende buscar consenso entre profesionales de modo que puedan identificar el conocimiento sobre las prácticas que se utilizan en su campo. Norcross y Koocher (2006) indican que muchos de los expertos no estaban familiarizados con algunas de las prácticas en la lista. Los mismos atribuyen este desconocimiento a su postura teórica y para solucionar esto invitan a que las comisiones de trabajo de la APA y otros paneles incorporen personas de diversas posturas teóricas, razas, etnias, orientaciones sexuales y géneros para crear un mejor consenso entre profesionales. Los autores promueven las prácticas basadas en la evidencia para promover qué funciona y evitar prácticas que han sido “desacreditadas”, con el propósito de reducir el uso de tratamientos psicológicos sobre el cual se ha decidido por consenso que están desacreditados.

La transferencia del conocimiento sobre la investigación relacionada a tratamientos psicoterapéuticos tiene el potencial de aumentar la efectividad en los tratamientos (Glasner-Edwards & Rawsone, 2010). Estos autores hacen énfasis en la importancia de la diseminación de las PPBE. También, hacen mención sobre el efecto que tiene la receptividad de profesionales de la salud hacia las TBE, lo cual afecta que sean adoptadas por profesionales en su práctica clínica. Glasner-Edwards y Rawsone (2010) proponen que se enriquezca la cultura de investigación relacionada a las PBE, y de este modo se puedan promover actitudes que favorezcan el uso de las mismas. El uso de métodos como las revisiones sistemáticas de la literatura y meta-análisis pueden ayudar a la diseminación de la información sobre las PPBE y los TBE. Las revisiones sistemáticas evalúan estudios que se encuentran en la literatura, recopilan los estudios mediante una serie de palabras claves y unos criterios pre-establecidos. Mientras que las meta-análisis envuelven el mismo proceso, éstos incorporan un análisis estadístico de los resultados de los estudios que se incluyen. El análisis estadístico del meta-análisis permite estandarizar los resultados y compararlos entre sí, de modo que podamos evaluar y concluir la efectividad de éstos.

Podemos concluir que mediante estrategias como el *benchmarking*, revisiones de la literatura, revisiones sistemáticas y meta-análisis, se podrían construir las bases empíricas sobre la efectividad de tratamientos y prácticas psicológicas. Dado a que nuestra disciplina es una que está constantemente evolucionando al ir desarrollándose avances, es necesario tener un consenso de lo que entendemos por ciencia, es decir un sistema de inteligibilidad sobre el cual hay consenso sobre la producción del conocimiento, de la pseudo-ciencia en la práctica psicológica (Norcross, 2006). En Puerto Rico se necesita desarrollar estudios que demuestren la efectividad de los tratamientos psicológicos que se le ofrece a la población. El propósito del debate entre los TBE, PPBE y tratamientos y prácticas no basadas en la evidencia es propiciar un diálogo entre profesionales para buscar puntos de encuentro y posiblemente de des-encuentros también. A su vez, este debate trae a colación la importancia de aplicación de la investigación en la

práctica psicológica, siendo esta una estrategia vital para mejorar la calidad de la práctica psicológica. Nuestro estudio (Bernal, Adames y Almonte, 2015), muestra la incongruencia y el desfase que existe entre nuestra práctica psicológica; las modalidades que se enseñan y se promueven; y la evidencia que existe en la literatura psicológica puertorriqueña. De modo que debemos analizar esta realidad y crear esfuerzos para buscar puntos de encuentro en nuestra disciplina, tal como proponen Pérez-Pedrogo y Rivera-Suazo (2015).

## Referencias

- APA Presidential Task Force on Evidence-Based Practice. (2006). Evidence-based practice in psychology. *American Psychologist*, 61(4), 271-285.
- Bernal, G, Adames, C, Almonte, M. (2015). El estado de la ciencia de la psicoterapia en Puerto Rico: ¿Una copa medio llena o medio vacía? *Ciencias de la Conducta*, 30(1), 68-115.
- Glasner-Edwards, S., & Rawson, R. (2010). Evidence-based practices in addiction treatment: Review and recommendations for public policy. *Health Policy*, 97(2-3), 93-104.
- Kazdin, A. E. (2008). Evidence-based treatment and practice: New opportunities to bridge clinical research and practice, enhance the knowledge base, and improve patient care. *American Psychologist*, 63(3), 146.
- Martínez-Taboas, A., & Francia, M. (1992). Psicoterapia para bien o para mal: El problema de los efectos negativos. *Homines*, 15, 249-259.
- Martínez-Taboas, A. (2014). Prácticas psicológicas basadas en la evidencia: Beneficios y retos para Latinoamérica. *Revista Costarricense de Psicología*, 33(2), 63-78.
- Norcross, J. C., Koocher, G. P., & Garofalo, A. (2006). Discredited psychological treatments and tests: A Delphi poll. *Professional Psychology: Research & Practice*, 37(5), 515-522.

- Norcross, J. C., Koocher, G. P., Fala, N. C., & Wexler, H. K. (2010). What does not work? Expert consensus on discredited treatments in the addictions. *Journal of Addictive Medicine* 4(3), 174-180.
- Perez-Pedrogo, C., & Rivera-Suazo, S. (2015). Relevancia de los tratamientos basados en evidencia en la práctica clínica cotidiana. *Ciencias de la Conducta*, 30(1), 116-123.
- Rivera-Suazo, S., Albizu, C. E., Santiago, S., & Perez, C. (2015). Stigmatizing experiences while in drug abuse treatment: A qualitative exploration of client's perceptions. *Drug & Alcohol Dependence*, 146, e81.
- Sánchez-Cesareo, M., Santiago-Rodríguez, B., Morales-Boscio, A.M., Hernández-Gierbolini, I., Toro Torres, J. I., & Colón-Jordan, H. (2016). Identificación y diseminación de intervenciones exitosas para el maltrato a menores en Puerto Rico. *Revista Puertorriqueña de Psicología*, 27(1), 10-24.
- Spilka, M. J., & Dobson, K. S. (2015). Promoting the internationalization of evidence-based practice: Benchmarking as a strategy to evaluate culturally transported psychological treatments. *Clinical Psychology: Science & Practice*, 22(1), 58-75.
- Task Force on Promotion and Dissemination of Psychological Procedures (1995). Division of clinical psychology, training in and dissemination of empirically-validated psychological treatments: Report on recommendations. *Clinical Psychologist*, 48, 3-23.

### **Nota de los Autores y las Autoras**

El autor y las autoras del artículo “*El estado de la psicoterapia en Puerto Rico: ¿Una copa media llena o media vacía?*”, invitamos a miembros del equipo METAH (Meta-análisis Efectividad de Tratamientos para Adultos Hispanos) a colaborar en las respuestas a los comentarios generados sobre este trabajo. A saber, Kelvin Mariani Escalante, José Delgado, Jeralys Morales y Nadira Yusif