

Crítica de Libros/Book Review

Manual de Tratamientos Psicológicos: Adultos, de Eduardo Fonseca Pedrero (Coord.), Editorial Pirámide, 720 pp., año 2021

José Ramón Fernández Hermida

Universidad de Oviedo, España

En la actualidad, las terapias psicológicas son un tema controvertido en, al menos, dos sentidos. La demanda parece creciente, pero su oferta en los sistemas nacionales de salud es muy deficiente, a pesar de ser consideradas en las guías clínicas un tratamiento de elección en múltiples y altamente prevalentes problemas psicológicos. La iniciativa británica *Improving Access to Psychological Therapies* (IAPT) o la tímida incorporación de psicólogos a los equipos de atención primaria en España van en ese sentido. Además, se discute acaloradamente sobre su estatuto científico, poniendo en tela de juicio su naturaleza, los medios de prueba y los resultados. En lo que concierne a este segundo aspecto, el libro titulado *Manual de Tratamientos Psicológicos – Adultos*, cuyo editor es el profesor Eduardo Fonseca y ha publicado la editorial Pirámide, tiene como misión arrojar alguna luz. De reciente aparición en las librerías, su función es aportar al lector la información más actualizada sobre la investigación existente acerca de la efectividad de las intervenciones psicológicas dirigidas a personas adultas. Puedo avanzar que cumple muy bien con ese cometido. De hecho, es una brújula imprescindible para salir al campo abierto de los tratamientos psicológicos y no perderse. Su aguja apunta al norte de la ciencia psicológica, un sitio donde se espera que el juicio sobre lo que se debe hacer en cada caso esté sólidamente fundamentado en la mejor ciencia disponible.

Como el propio editor de la obra se encarga de señalar, hace más de 15 años que salió una obra en español con el mismo propósito, y desde entonces ha habido cambios que era necesario “fijar”, una tarea propia de manuales y diccionarios. Sin embargo, la tardanza en el desarrollo de una iniciativa tan saludable suscita la pregunta de cómo es posible que haya podido pasar tanto tiempo sin que se publicara un manual revisado. Es una buena pregunta, cuya respuesta completa es una tarea excesivamente compleja y completamente extemporánea para los propósitos de esta reseña. Pero es posible que una de las posibles explicaciones parciales sea el cambio generacional.

Cuando se editó el manual anterior estábamos viviendo una etapa de creciente interés por conocer la eficacia comparada de los tratamientos psicológicos y fundamentar las decisiones terapéuticas en dichos resultados. En aquel momento hablábamos del “fin de la inocencia de los tratamientos psicológicos” para referirnos a la idea del fin de la indulgencia en su valoración, condescendencia que hacía a

todo tratamiento válido, si así lo proponía una corriente de pensamiento dentro de la Psicología. Esa situación había cambiado y las terapias psicológicas debían justificarse empíricamente por sus resultados, medidos de acuerdo con altos estándares científicos. Las fuerzas que impulsaban este movimiento eran internas y externas a nuestra disciplina. En su cara interna estaba el auge de las terapias de conducta frente a las perspectivas dinámicas y humanistas, mientras que en su vertiente externa se encontraba la necesaria justificación científica y económica frente al tratamiento farmacológico de los problemas psicológicos.

La acumulación de información que se ha ido produciendo a lo largo de este tiempo nos ha llevado a encontrar resultados que no esperábamos. La falta de concordancia entre expectativas y los datos de la investigación ha sido de muy diverso tipo, pero la consecuencia final ha sido una cierta parálisis. Los que proponíamos de forma entusiasta los tratamientos basados en la evidencia o la práctica basada en la evidencia hemos sido conscientes de las grandes dificultades que había que afrontar para hacer avanzar el proyecto de una intervención psicológica basada en la ciencia. No es que fuéramos ingenuos, pero tampoco se podía esperar que fueran tantas.

No voy a hacerme ahora firme partidario de las tesis sociológicas de la ciencia. La ciencia no es sólo mera sociología, pero no puede entenderse sin los investigadores y las fuerzas que los impulsan. En este sentido, este texto retoma con fuerza los ideales de una intervención psicológica o psicoterapia basada en la ciencia y ese impulso lo lidera y encarna una nueva generación de jóvenes profesionales y científicos. Y no es por casualidad.

A diferencia del anterior manual sobre tratamientos psicológicos que he venido mencionando, en este se dedica un espacio destacado a plantear los problemas del campo y los enfoques terapéuticos no organizados en torno a las categorías psicopatológicas de las nosologías más comunes. Es un hijo legítimo del momento científico actual. Este interés por estructurar los tratamientos no tanto en torno a los trastornos mentales sino más bien en relación con constructos psicológicos está plenamente justificado, tanto por el aparente agotamiento del modelo psiquiátrico surgido a finales del XIX como por la insistente inespecificidad del resultado del tratamiento psicológico, que va de la mano de la tan manida comorbilidad. El caso es que los

primeros siete capítulos y el último del libro van en esa dirección y pueden satisfacer con rigor la curiosidad de quienes quieren estar al tanto de los nuevos vientos de cambio que soplan en el campo de la psicoterapia.

Los capítulos del 8 al 22 retoman, en líneas generales, el empeño de dar la información necesaria para poder escoger la mejor intervención psicológica para los distintos tipos de trastornos mentales. A falta de que llegue una mejor forma de organizar el conocimiento psicopatológico, gran parte de la investigación en el campo de las terapias sigue gravitando en torno a la idea de trastorno mental. En consecuencia, en cada capítulo se produce una experta revisión de la extensa información disponible en cada categoría de trastorno. Ese esfuerzo es muy de agradecer. El volumen de las publicaciones disponibles es oceánico y su estudio y ponderación sólo pueden hacerlo especialistas.

Sin embargo, el manual ofrece algo más, que resalta su carácter avanzado de puente entre una perspectiva centrada en los trastornos y otra aún incipiente ligada a los procesos psicológicos y la persona. Cada capítulo termina siempre con un análisis en primera persona y el estudio de un caso clínico, lo que vuelve a poner el énfasis en el análisis psicopatológico del caso, haciendo que el autor ponga en juego el conocimiento categórico en la comprensión del caso ideográfico. En esta obligación de volver a analizar el caso individual, se observa el necesario *regressus* al estudio psicológico individual, desde el *progressus* originado por la metodología imperante de las

pruebas clínicas aleatorizadas, que conforman el núcleo esencial de la evaluación de los tratamientos en las diferentes condiciones.

Además, en este conjunto de capítulos hay otra nota distintiva: dos de ellos no se refieren a ningún trastorno mental y sin embargo tienen una gran importancia clínica. En el primero, referido a los problemas y trastornos asociados al contexto del embarazo, parto y puerperio, el acento está en el contexto. Lo que define el problema es la interacción de la persona con una determinada situación que tiene la posibilidad de producir distintas manifestaciones psicopatológicas. En el segundo, el objeto de análisis es el suicidio, o la conducta suicida, que las clasificaciones no recogen como trastorno y que, en todo caso, tal y como los propios autores del manual reconocen, merece inicialmente una reflexión filosófica. En ambos casos, el impacto que tienen sobre la población es innegable, y su inclusión en este manual no se debe a un razonamiento "naturalista" de su existencia como entidades psicopatológicas diferenciadas, sino a su potencial para generar sufrimiento y a la necesidad de su abordaje desde la perspectiva psicológica.

A modo de resumen cabe decir que estamos ante un buen manual de tratamiento psicológico, que resulta de interés tanto para el clínico como para el estudiante que quiera conocer cuál es el estado actual de la disciplina. Pero además de ser un buen manual es una apuesta valiente, liderada por una nueva generación de psicólogos, por seguir avanzado en la consolidación de una ciencia del tratamiento psicológico.