

## La Junta informa...

### Formadors de TCC

#### Es busquen formadors amb bon nivell d'anglès

Actualment estan sorgint associacions estrangeres de TCC que demanen formadors. Des de l'SCRITC voldríem tenir una petita base de dades de gent interessada en realitzar aquesta tasca. Si algú de vosaltres està interessat en fer formació a l'estranger i té un bon nivell d'anglès, podeu posar-vos en contacte amb nosaltres mitjançant l'adreça de l'associació [info@scritc.org](mailto:info@scritc.org) o bé contactar directament amb el Miquel Àngel Fullana [miguelangel.fullana@gmail.com](mailto:miguelangel.fullana@gmail.com).

### L'SCRITC als mitjans de comunicació

#### La societat vol crear un arxiu de les aparicions públiques dels socis

Entre tots podem fer l'esforç de que l'SCRITC sigui més coneguda i rebí, conjuntament amb la Teràpia Cognitivoconductual, el reconeixement que es mereixen. Per aquest motiu, creiem que pot ser interessant disposar d'un arxiu sobre les intervencions de les sòcies i els socis en els diferents mitjans de comunicació.

Us agrairíem que ens enviéssiu un correu dient a quin mitjà de comunicació heu participat, el tema que heu tractat i la data en la que ho heu fet.

Us donem les gràcies anticipades per la vostra col·laboració.

### [www.scritc.org](http://www.scritc.org)

#### Els socis que ho desitgin rebran un avís per e-mail cada vegada que s'actualitzi el web

En la darrera edició de l'infoscritc us informàvem de la renovació del nostre web. Una de les novetats és la possibilitat de rebre a la vostra bústia de correu les actualitzacions que es van realitzant al web. Si voleu rebre aquesta informació només heu d'entrar a [www.scritc.org](http://www.scritc.org) i escriure el vostre e-mail allà on diu: "Voleu rebre un missatge quan actualitzem [scritc.org](http://www.scritc.org)?". És la millor manera de d'estar al dia de les novetats i les notícies relacionades amb l'SCRITC!

[www.scritc.org](http://www.scritc.org)

### Difusió de la TCC

#### El tríptic informatiu s'ha reeditat i està a disposició dels socis que vulguin col·laborar a distribuir-lo

Una de les tasques que porta a terme l'SCRITC per a fer difusió de la teràpia cognitivoconductual és la distribució del tríptic "Psicoteràpia i TCC". Aquest tríptic és un vell conegut de tots els socis, que ara apareix revisat i reeditat.



Cara i dors del tríptic desplegat >>

Aquells de vosaltres que treballem en un centre públic o privat i que vulgueu col·laborar en aquesta tasca de difusió mitjançant els tríptics (per exemple, entregant-los als vostres pacients, deixant-ne alguns a la sala d'espera o a la recepció, etc.) podeu sol·licitar-los a la Secretària enviant un correu electrònic a [info@scritc.org](mailto:info@scritc.org) especificant el vostre nom, el nom i adreça del lloc o centre on deixareu els tríptics i la quantitat que en necessiteu. Us seran enviats per correu postal.

### Preparant la 25<sup>a</sup> jornada Ja podeu enviar els vostres treballs i cartells!

La comissió encarregada de preparar la 25ena jornada de l'SCRITC ja s'ha posat en marxa. Tres socis –Mar Arcos, Mariona Cañas i Daniel Vega– i dos membres de la Junta –Joan Taberner i Jaume Canet– han començat a treballar per a confeccionar el programa del workshop i de la propera jornada, que se celebraran a Barcelona els dies 13 i 14 de maig de 2010. Des de fa unes setmanes, hem iniciat converses amb diferents terapeutes de prestigi del Regne Unit i dels USA, per tal de decidir el professional que impartirà el curs monogràfic del dijous 13 de maig. Igualment, estem acabant de definir el contingut de les taules rodones, la masterclass i la resta del

programa de la jornada del divendres 14 de maig. També volem recordar-vos que aquest any es lliuraran premis al millor cartell i al millor article científic presentats a les jornades, pel que volem animar-vos a participar i enviar els vostres treballs des d'ara mateix. Recordeu que els premis són de 350€ pel cartell guanyador i de 700€ pel millor article.

Us seguirem informant a mesura que es vagi decidint el programa i us convidem a reservar-vos aquestes dates del proper mes de maig, pel tal de que la 25ena jornada de l'SCRITC sigui una trobada ben multitudinària.

### Els llibres i els autors

#### “Psicopatologia i caos” Una introducció a l'estudi no lineal de les alteracions del comportament

El Dr. Xavier Bornas, un dels socis més il·lustres de l'SCRITC, ha publicat darrerament "Psicopatologia i Caos". Aquest llibre és una introducció a l'estudi no lineal de les alteracions del comportament. Es tracta de presentar una visió alternativa i innovadora per a la comprensió i tractament dels problemes psicològics de les persones. Aquesta visió té els fonaments en els grans avenços científics que es van fer, al llarg de les darreres dècades del segle XX, en la comprensió del comportament dels sistemes dinàmics i que malauradament encara no han trobat el ressò que mereixen en la Psicologia. Els primers capítols es dediquen a explicar, evitant els formalismes matemàtics, els conceptes bàsics de la teoria

Imatge de la coberta del llibre "Psicopatologia i Caos" de Xavier Bornas >>



del caos i dels sistemes dinàmics. Després, en capítols independents, es tracten els trastorns d'ansietat i els afectius. S'inclouen també unes activitats pràctiques que faciliten la comprensió d'alguns d'aquests conceptes.

### El racó del soci

Envieu els vostres comentaris a: [info@scritc.org](mailto:info@scritc.org). Els esperem!

# infoscritc

Butlletí Informatiu de la Societat Catalana de Recerca i Teràpia del Comportament

## 60 gener 2010 sumari

#### Editorial:

•Bon any nou per a tothom!

#### Formació continuada:

•20<sup>a</sup> Jornada de l'Associació de Teràpia Cognitivoconductual d'Estònia  
•Trastorns Conversius i Disociatius

#### Article:

•"Contrastant la Teràpia Dialèctica Conductual amb els tractaments farmacològics en el trastorn límit de personalitat"

#### Qui és qui?:

•Rafael Torrubia

#### La junta informa:

•Formadors de TCC  
•L'SCRITC als mitjans de comunicació  
•[www.scritc.org](http://www.scritc.org)  
•Difusió de la TCC  
•Preparant la 25<sup>a</sup> jornada

#### Els llibres i els autors:

•"Psicopatologia i Caos"



L'SCRITC us desitja un feliç i pròsper any nou

### Bon any nou per a tothom!

# E

sperem que aquest any 2010 ens porti tot allò que ens convé i no tant el que desitgem, que moltes vegades, un cop aconseguit, deixa de tenir importància. Com deia en Bernard Shaw, hi ha dos tipus de desgràcies: una és no aconseguir allò que volem i l'altra aconseguir-ho.

Pensant en el que vindria a la nostra societat, hem arribat a la conclusió que necessitem el reconeixement institucional per part del Departament de Salut de la Generalitat. És important que ens conegui i sàpiga de la nostra activitat amb l'objectiu que ens tingui presents a l'hora de prendre decisions en la realització de programes relacionats amb la nostra àrea de treball.

Creiem convenient començar a treballar en aquesta direcció perquè els tractaments cognitivoconductuals han demostrat la seva eficàcia en força estudis científics, i nosaltres som el conjunt de persones que representem la Teràpia Cognitivoconductual al nostre país. Per aquest motiu creiem que el Departament de Salut hauria de poder demanar la nostra opinió i la nostra participació a l'hora d'elaborar plans d'actuació.

D'altra banda, volem que la jornada d'aquest any 2010, que serà la 25ena, sigui del gust de tots vosaltres i un espai per a tornar a trobar-nos tant per l'interès científic del programa com pel simple plaer de retrobar-nos.

Felicitat 2010!

**Ma José Martín**  
Presidenta de la SCRITC



**scritc**

Societat Catalana de Recerca i Teràpia del Comportament

Edita: Societat Catalana de Recerca i Teràpia del Comportament (SCRITC). Apartat de correus núm. 11. 08193 Bellaterra (Barcelona). Tel. 618 62 23 23. E-mail: [info@scritc.org](mailto:info@scritc.org)

## SCRITC. Formació continuada

### Cursos, congressos i tallers

## 20<sup>a</sup> Jornada de l'Associació de Teràpia Cognitivoconductual d'Estònia

L'Associació de Teràpia Cognitivoconductual d'Estònia (EACBT) ens comunica que els propers dies 7 i 8 de maig de 2010, tindrà lloc a la ciutat de Tartu, Estònia, la celebració de la seva jornada anual que enguany arriba al 20è aniversari.

El divendres, 7 de maig, Paul Emmelkamp, de la universitat d'Amsterdam, impartirà un taller sobre teràpia cognitivoconductual basada en l'evidència.

L'endemà dissabte, 8 de maig, es desenvoluparà el programa científic amb la participació de diferents professionals en taules rodones, presentacions i cartells.

Des de l'EACBT ens conviden a participar en aquesta jornada, presentant els vostres abstracts abans del 20 de gener del 2010 en aquesta adreça de correu:

Anu.Aluoja@kliinikum.ee. Per a més informació també podeu dirigir-vos al correu de l'organització: Annika.Pertmann@kliinikum.ee

## Trastorns Conversius i Disociatius

Durant els dies 23 i 24 del passat mes d'octubre es va celebrar el darrer curs de formació de l'any 2009, dedicat aquest cop al Tractament Cognitivoconductual dels Trastorns Conversius i Dissociatius.



Baillès en un moment del Curs >>

torns Conversius i Dissociatius.

El curs, que va ser un èxit d'assistència, va anar a càrrec de la Dra. Eva Baillès, psicòloga especialitzada en el tractament d'aquestes patologies tan interessants com a poc prevalents. Amb explicacions ben aclaridores, exemples i l'ajut de material audiovisual, la Dra. Baillès va explicar als assistents la clínica d'aquests trastorns, el format d'intervenció habitual i la recerca més actual en l'àmbit.

## Evidència científica de la TCC

Contrastant la Teràpia Dialèctica Conductual amb els tractaments farmacològics en el trastorn límit de personalitat

McMain, S.F., Links, P.S., Gnam, W.H., Guimond, T., Cardish, R.J., Korman, L., Streiner, D.L. (2007). A Randomized Trial of Dialectical Behavior Therapy Versus General Psychiatric Management for Borderline Personality Disorder. *American Journal of Psychiatry*, 166: 1365-1374.

Aquest article compara l'efectivitat de la Teràpia Dialèctica Conductual (TDC) amb un abordatge farmacològic impartit per psiquiatres especialment entrenats en el tractament del Trastorn Límit de la Personalitat (TLP).

La TDC és una teràpia integradora de 3<sup>a</sup> generació, dissenyada per Marsha Linehan, per al tractament específic del TLP, especialment dirigida als casos més greus i amb un elevat risc de suïcidi. És una de les noves formes de psicoteràpia més estudiades i que ha donat millors resultats en els diferents estudis realitzats fins a l'actualitat.

El TLP, paradigma de la comorbiditat psiquiàtrica, es dona entre un 1% i un 2% de la població general i fins fa pocs anys es considerava pràcticament intractable. És un dels trastorns de la personalitat amb pitjor pronòstic, ja que presenta dificultats en múltiples àrees: inestabilitat afectiva, dificultat per a l'adaptació social, elevada impulsivitat, trastorns de conducta i alteració del funcionament general. Aproximadament dos terços d'aquests pacients realitzen com a mínim un intent de suïcidi al llarg de les seves vides. Un nombre encara més alt de pacients presenten conductes d'autolesió.

Una mostra de 180 pacients foren assignats de manera aleatòria als dos grups de tractament, el qual es va aplicar durant 1 any. Un primer grup va seguir el protocol de la TDC mentre que el segon grup seguia tractaments farmacològics personalitzats dirigits al control de símptomes, instaurats per psiquiatres entrenats en el tractament pel TLP. L'evolució clínica dels pacients es va mesurar a partir de 4 variables clíniques: episodis de suïcidi i autolesions, requeriment de serveis d'urgències, visites a urgències per conducta suïcida i dies d'ingrés hospitalari. Igualment, es van mesurar altres variables en diferents moments de l'estudi utilitzant diversos qüestionaris de depressió, ansietat, severitat de símptomes, distrés, qualitat de vida i funcionament interpersonal.

Els resultats indiquen que els dos grups de pacients van mostrar millores significatives en totes les variables estudiades i sense que existissin diferències significatives entre els dos tipus de tractament. Per tant, els autors conclouen que els resultats de la TDC en aquests pacients poden equiparar-se a un tractament farmacològic. El grau d'adherència i abandonament dels tractaments també va ser similar en ambdós grups.

Davant el fet que els dos tipus d'intervenció han estat efectius, els autors consideren que el TLP ha deixat de ser un trastorn intractable per a passar a tenir diverses opcions de tractament, tot i que el pronòstic, en molts casos, continua essent incert. Tanmateix, l'estudi no aporta dades més enllà d'aquest any de tractament. Nosaltres trobem que hauria estat interessant fer un seguiment d'ambdós grups per a veure si els beneficis obtinguts amb cadascun dels tractaments es mantenen al llarg del temps.

## Qui és qui?

### Rafael Torrubia

El Rafael va néixer el 29 maig de 1953 a Barcelona, és Doctor en Psicologia i, des de ja fa uns anys, Professor Titular del Departament de Psiquiatria i de Medicina Legal a la Facultat de Medicina de la Universitat Autònoma de Barcelona.

Va cursar els seus estudis de psicologia a la Facultat de Lletres de la Universitat Autònoma de Barcelona. Ens destaca el privilegi que va representar per ell durant els darrers anys de carrera poder completar la seva formació al Laboratori de Conducta, que en aquella època era a l'Hospital de Sant Pau, i que li va permetre començar a fer les primeres passes com a recercador. Allà va aprendre que el comportament humà pot ser estudiat mitjançant el mètode científic natural de forma semblant a com ho fan altres ciències amb gran tradició empírica. Un cop llicenciat, va treballar dos anys i mig a la Unitat de Bioestadística de la Facultat de Medicina de la Universitat de Barcelona, on va adquirir coneixements en metodologia i estadística que li han estat de gran utilitat al llarg de la seva carrera professional.

Durant el seu període de formació ens destaca tres mestres, i actualment, bons amics, que van influir notablement en la seva formació i en la seva visió de la psicologia: En Lluís Garcia Sevilla, en aquella època director del Laboratori de Conducta que li va fer descobrir la psicologia científica, la importància de la personalitat per a explicar la conducta humana i l'obra de Hans J. Eysenck; a Ramon Bayés, del qui va aprendre la rellevància de les situacions per explicar la conducta humana i l'obra de

Lluís Garcia Sevilla, Ramon Bayés i Adolf Tobeña. Els tres mestres que més han influït en la visió de la psicologia de Torrubia

Skinner i de Bandura; i l' Adolf Tobeña, amb qui es va endinsar en l'apassionant i, en aquell moment, incipient món de la neurociència i l'obra admirable de J. A. Gray sobre

les bases neuro-biològiques de l'ansietat i les diferències individuals en la predisposició a aquests trastorns.

Alguns autors com Eysenck, Gray, Zuckerman, Schalling i Hare han estat i continuen sent un referent fonamental en la seva carrera professional.

El Rafael s'ha dedicat i es dedica a la docència i a la recerca des de l'àmbit universitari. Una constant en el seu treball, ens diu, ha estat la voluntat de fer investigacions que siguin homologables a nivell internacional però intentant no perdre de vista que és d'un país petit que té la voluntat de ser normal. Des que va començar a fer la tesi s'ha dedicat



a l'estudi de les bases neurobiològiques de la personalitat, ubicant-se especialment en el model de J. A. Gray. També des de molt aviat es va interessar per l'estudi de la personalitat psicopàtica i dels seus factors precursors. Més recentment, ha ampliat el seu interès cap al camp de la vulnerabilitat dels trastorns d'ansietat fent servir models experimentals de laboratori amb humans.

Un altre dels seus centres d'interès ha estat la construcció i l'adaptació d'instruments de mesura psicològica amb l'objectiu de "normalitzar" la pràctica de la psicologia al nostre país i que tant els clínics com els recercadors puguin disposar d'instruments de mesura adaptats i validats al nostre entorn cultural.

També vol i volem destacar la seva participació activa en la SCRITC des de la seva fundació i de la qual va tenir l'honor i la satisfacció de ser-ne president a finals dels anys 80 i començaments dels 90.

En l'actualitat els seus projectes professionals estan fortament vinculats a la recerca, i la major part estan relacionats amb l'estudi dels trastorns d'ansietat. Recentment ha iniciat un projecte que pretén estudiar el processament de la recompensa i el control cognitiu en pacients amb Trastorn Límit de la personalitat, amb i sense conductes d'autolesió, fent servir potencials evocats i ressonància magnètica funcional. Espera veure fins a quin punt els pacients amb historial d'autolesió presenten una major desregulació i manca d'inhibició que aquells que no presentin aquestes conductes.

Sobre l'estat actual de la teràpia cognitivoconductual vol destacar, tot i que d'altres companys ja n'han fet referència, que ha arribat a un nivell de maduresa important a casa nostra i que tenim molts professionals ben preparats. Ens destaca que també gaudeix d'un reconeixement internacional considerable, en bona part gràcies a la implicació de la SCRITC en el Congrés Mundial que es va celebrar a Barcelona l'any 2007. Ara bé, lluny de ser conformista, reconeix que aquest moment dolç no acaba de tenir una traducció pràctica en el pes real que té la teràpia cognitivoconductual en el dia a dia de la pràctica assistencial, fent èmfasi, especialment, en la seva inserció en la xarxa assistencial. Ens diu que ha arribat el moment de fer un salt qualitatiu i de convèncer les administracions i els polítics del potencial de la teràpia cognitivoconductual, i que aquesta ha de ser en aquests moments una tasca prioritària de la SCRITC.

Per acabar ens parla breument de les seves aficions, a part de la psicologia. Al Rafael li agrada conèixer els racons del seu país, tant a peu com en cotxe, viatjar per altres països i conèixer altres cultures. I sempre, vagi on vagi, li agrada fotografiar el que veu.

### Secretaria de la SCRITC

Per a qualsevol dubte o gestió prop de la SCRITC podeu dirigir-vos a la Secretaria al

Tel. 618 62 23 23

Horari d'atenció al públic:  
Dilluns i dimecres de 15:30 a 18h