

## La Junta informa...

### XXV Aniversari de la Unitat de Teràpia de Conducta

**La UTC ha format més de 100 alumnes i ha atès gairebé 1000 pacients**

El dia 4 de juny la Unitat de Teràpia de Conducta (UTC) de la Universitat de Barcelona va celebrar al seu XXV aniversari. L'acte, al que van assistir unes 90 persones, es va realitzar al Palau de les Heures. El Degà de la Facultat de Psicologia i la professora Carmina Saldaña, Directora de la UTC, varen inaugurar l'acte en el que participaren els professors responsables del centre i psicòlegs de diverses promocions que es van formar a la UTC. Durant les diverses intervencions, on va predominar l'humor junt amb un caire molt emotiu, es va recordar la història d'aquests 25 anys i es van mostrar els canvis que la UTC ha experimentat al llarg d'aquests anys. La UTC ha estat el primer servei d'atenció psicològica a les facultats de psicologia del nostre país. La UTC es va fundar el 1985 com un Servei Clínic de la Facultat de Psicologia de la Universitat de Barcelona, que deuria possibilitar tant la formació pràctica als psicòlegs de recent llicenciatura com la realització d'investigacions amb pacients. Amb el temps, el centre ha passat de dedicar-se a l'investigació aplicada a treballar, essencialment, a l'àmbit assistencial. En els últims anys la UTC compta amb 3 supervisors-terapeutes cognitivoconductuals acreditades per l'SCRITC, 1 psicòloga a temps parcial, que és també professora associada del grup d'Intervenció en Psicologia Clínica i de la Salut, 8 psicòlegs en formació (4 de primer any i 4 de segon any), i una secretària del Personal d'Administració i Serveis.

La UTC ofereix els seus serveis a la comunitat universitària de la Universitat de Barcelona i a les persones externes que sol·liciten tractament en el centre. Els clients de la UTC són principalment adults que presenten un ampli espectre de trastorns com són: trastorns d'ansietat, tras-

torns afectius, trastorns de la conducta alimentària, trastorns adaptatius, problemes de relació social i habilitats socials, disfuncions sexuals, problemes de parella, trastorns somatoforms i problemes de salut. Queden exclosos de forma específica els trastorns psicòtics i la drogodependència.

El programa de formació del centre és gratuït, té una durada de dos anys i volta sobre dos eixos: 1) la formació de llicenciats en Psicologia que tinguin un currículum acadèmic principalment clínic. En aquest cas, per poder seguir el programa de formació és necessari que com a màxim hagin passat 3 anys des de que varen finalitzar els estudis de llicenciatura; i 2) la formació pràctica d'estudiants de Psicologia que cursen l'assignatura troncal *Pràcticum*. Per portar a terme aquesta formació s'han articulat diversos mecanismes que actuen de forma integrada: a) sessions clíniques setmanals en les que es supervisen els diferents casos i en les que hi participen totes les persones en formació, b) supervisions específiques amb els psicòlegs que porten cada cas per fer un seguiment més directe de la preparació de les sessions, c) sessions de formació teòriques i pràctiques, impartides pels propis professionals del centre o per especialistes externs i d) supervisió directa a partir de gravacions en vídeo de les sessions. Els psicòlegs de primer any segueixen un procés escalonat per integrar-se poc a poc en la conducció de les sessions fins que, en el segon any, adopten el rol de terapeuta.

El programa de formació del centre és gratuït i té una durada de dos anys

Les sessions de supervisió, a més a més de vetllar per la qualitat assistencial del centre, tenen un paper molt important en el procés de formació. En aquest sentit, es treballen especialment les habilitats relacionades amb l'avaluació, el diagnòstic, l'elaboració de models explicatius, el disseny de programes d'intervenció, l'elaboració de la història clínica i els informes psicològics. Per altra banda, les sessions de formació teòriques i pràctiques complementen la formació rebuda en les supervisions. En aquest context, es treballen essencialment les habilitats terapèutiques i algunes de les principals tècniques derivades del model cognitivoconductual.

Durant aquests 25 anys han passat per la UTC 122 psicòlegs, el 93% dels quals han finalitzat els dos anys de formació. Les dades d'una enquesta realitzada al maig de 2010 i que varen respondre 69 persones (61%) indiquen que la valoració mitjana de la formació rebuda és de 9 sobre

10 i la utilitat laboral de la mateixa de 8,7 sobre 10. Tan mateix, el 98,6% treballen actualment, el 72,5% ho fan com a psicòlegs i el 94,2% han treballat com a psicòlegs en algun moment, principalment en l'àrea clínica. En quant als alumnes de pregrau, des de 1996 la UTC ofereix a la Facultat de Psicologia 9 places per curs acadèmic (12 en els cursos acadèmics del 1997 al 2001) per als alumnes de segon cicle que desitgen cursar l'assignatura *Pràcticum*. Al llarg d'aquests 13 anys la UTC ha ofert formació pràctica a 112 alumnes. A més, també s'ha proporcionat formació a alguns estudiants estrangers que les seves universitats han acceptat el pla d'estudis ofertat a la UTC.

La valoració mitjana de la formació rebuda és de 9 sobre 10 i la seva utilitat laboral de 8,7 sobre 10

Des de 1985 fins a finals de 2008, la UTC ha atès a 989 pacients. Respecte als resultats obtinguts a la UTC en l'estudi de Bados, Balaguer i Saldaña (2007) realitzat amb 96 pacients amb trastorns d'ansietat, es va trobar una grandària de l'efecte pre-post elevada ( $d = 1,1$ ) i similar als informats en diversos estudis realitzats en condicions clíniques habituals. Tot i així, va ser una mica més baixa que els obtinguts en altres metanàlisis d'estudis controlats (1,2-1,4). En comparació a aquestes metanàlisis, el nombre d'hores de tractament va ser el doble ( $M = 27,4$ ) i el percentatge d'abandonaments més alt (33,3% vs. 8-26%). En canvi, els percentatges de pacients millorats (61%) i recuperats (52,5%) va ser més o menys comparables als informats en diverses revisions de les investigacions realitzades en trastorns d'ansietat. A més a més, la mitjana d'hores de tractament, el percentatge de abandonament i, com ja s'ha dit abans, la grandària de l'efecte van ser similars als informats en diversos estudis realitzats en condicions clíniques habituals. Així doncs, podem pensar que aquests resultats són molt positius i encara més si tenim en compte que han estat obtinguts per terapeutes en formació (rigorosament supervisats).

#### Referències

Bados, A., Balaguer, G. y Saldaña, C. (2007b). Outcome of cognitive-behavioural therapy in training practice with anxiety disorder patients. *British Journal of Clinical Psychology*, 46, 429-435.

## El racó del soci

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

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

# info *scritc*

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

# 63

octubre 2010

## sumari

#### Editorial:

•L'SCRITC mira cap al futur

#### Formació continuada:

•Introducció a la hipnosi clínica  
•Subtipus en el TOC: Avaluació i abordatge pràctic  
•Congrés anual EABCT  
•Introducció al Tractament Dialèctic Conductual del TLP

#### Article:

•"Investigació en psicoteràpia: Sabem el que funciona per cadascú?"

#### Qui és qui?:

•Xavier Torres

#### Els llibres i els autors:

•"El niño incomprendido"

#### La junta informa:

•XXV aniversari de la Unitat de Teràpia de Conducta



La tardor ens porta novetats

## L'SCRITC mira cap al futur

**B**envolgudes sòcies i benvolguts socis. Com és habitual a l'SCRITC estem en moviment, mirant cap endavant, cap al futur, amb reptes i il·lusions. Estem planificant i organitzant activitats que siguin del nostre interès i amb l'objectiu de que l'SCRITC vagi guanyant i mantenint l'espai assolit, tant a nivell institucional dins l'organització de salut pública, com en l'àmbit acadèmic.

Com ja sabeu, des de fa temps estem treballant en dos temes que considerem importants: la nostra col·laboració amb la conselleria de Salut de la Generalitat i la formació acadèmica.

A finals del mes de maig vaig tenir una entrevista amb la Sra. Cristina Molina, Directora del Pla Director de Salut Mental i Addiccions del Departament de Salut de la Generalitat. Després de presentar-li la nostra societat, informar de qui som, del nostre funcionament, de les activitats que realitzem, de la pertinència a la EABCT, etc., la Sra. Molina ens proposà formar part del Consell Assessor i del Grup Assessor del Departament de Salut. El Consell Assessor, format per representants experts de reconeguda solvència en l'àmbit de la salut mental i les addiccions de diverses institucions, es reuneix un cop a l'any amb la Consellera de Salut. El Grup Assessor es divideix en grups de treball encarregats d'elaborar les propostes de tractaments i crear protocols d'intervenció. .../...

 **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)



.../... A fi de formalitzar la nostra inclusió, tant en el Consell com en el Grup Assessor, hem seguit les indicacions de la Sra. Cristina Molina i hem escrit a la Sra. Marina Geli per a demanar-li formalment formar-hi part.

L'altre gran tema en el què estem treballant és en la formació. Com recordareu, un grup de socis ha fet any darrera any la petició de crear una escola de formació cognitivoconductual des de la nostra societat. A l'assemblea anual es va acceptar la proposta d'elaborar el projecte per part del Miquel Tortella, i en això estem.

Aquest nou curs s'ha produït un canvi a la junta. La Lorena Fernández, que fins ara era vocal de la junta i a la que tots coneixen bé per la seva impecable tasca com a coordinadora del CD-SCRITC, deixa la junta perquè, per motius professionals, marxa de Catalunya. En el seu lloc comptem amb el Joaquim Puntí, que s'afegeix a nosaltres amb moltes ganes i il·lusió.

Fins la propera,



**Ma José Martín**  
Presidenta de la SCRITC

## Secretaria de la SCRITC

**Tel. 618 62 23 23**

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

## Evidència científica de la TCC

Investigació en psicoteràpia: Sabem el que funciona per cadascú?

Fonagy, P. (2010). Psychotherapy research: do we know what works for whom?

*The British Journal of Psychiatry*, 197: 83-85.

La recerca en psicoteràpia rarament ha tingut com a objectiu establir si existeixen tractaments més idonis que d'altres en funció de les característiques del pacient. En aquest sentit, i en referència a la idoneïtat de la Teràpia Psicodinàmica, en un article de Watzke i col.laboradors<sup>1</sup> es conclou que hi ha un determinat tipus de pacient que es beneficiaria més d'aquest tipus de tractament que no pas de la Teràpia Cognitivoconductual.

El present article, en forma d'editorial, parteix del treball de Watzke, i posa de manifest la falta d'evidència per tal d'arribar a aquest tipus de conclusions, sobretot tenint en compte que, a diferència d'altres especialitats, en moltes ocasions no se sap per mitjà de quins mecanismes els tractaments psicològics tenen els seus efectes.

En aquest sentit, l'autor del present treball destaca la importància de sistematitzar els tractaments psicodinàmics per tal de poder realitzar estudis d'eficàcia, especificant detalladament els mètodes aplicats, incloent manuals detallats de les tècniques aplicades, així com prestar atenció a la simptomatologia i a la resposta al tractament durant el procés terapèutic i el seguiment.

En paraules del autor, si bé la teràpia psicodinàmica s'ha mostrat eficaç en alguns trastorns mentals, no pot ésser que hi hagi professionals d'aquesta orientació que en el sistema de Salut Mental modern apliquin estratègies terapèutiques del segle passat. La Teràpia Psicodinàmica ha d'estar centrada en els símptomes i necessita d'uns protocols de tractament adreçats a les necessitats dels individus, per tal de poder fer estudis de tractament i, després sí, adreçar-se a la qüestió de si hi ha tractaments més idonis que d'altres en funció de les característiques dels pacients, però no abans.

<sup>1</sup> Watzke, B., Rüdell, H., Jürgensen, R., Koch, U., Kriston, L., Grothgar, B., et al. 2010. Effectiveness of systematic treatment selection for psychodynamic and cognitive-behavioural therapy: randomised controlled trial in routine mental healthcare. *The British Journal of Psychiatry*, 197, 96-105.

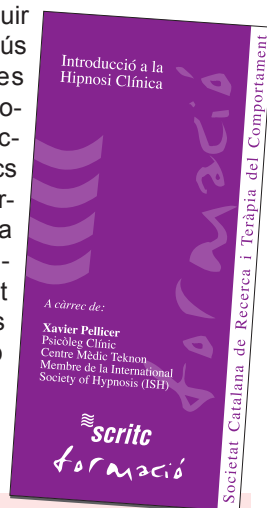
## SCRITC. Formació continuada

### Cursos, congressos i tallers

### Introducció a la Hipnosi

Els propers dies 10 i 11 de desembre l'SCRITC organitzarà el curs "Introducció a la Hipnosi Clínica" a càrrec del Dr. Xavier Pellicer, psicòleg del Centre Mèdic Teknon i *Past-president* de la nostra societat. El curs pretén introduir els assistents en l'ús de les tècniques d'hipnosi com a coadjuvant dels tractaments psicològics i mèdics, particularment dins de la teràpia cognitivoconductual. Durant els propers dies rebreu el tríptic amb el programa i la butlleta d'inscripció als vostres domicilis.

Imatge del tríptic del curs que impartirà el Dr. Pellicer >>



### Subtipus en el TOC: Avaluació i abordatge pràctic

El 23 d'octubre tindrà lloc el taller "Subtipus en el Trastorn Obsessiu-Compulsiu: Avaluació i Abordatge pràctic", organitzat per la Unitat de Trastorn Obsessiu-Compulsiu del Servei de Psiquiatria de l'Hospital de

Bellvitge, i que serà impartit per dos autèntics experts en el fenomen OC. Esmenrar que els membres de l'SCRITC gaudiran d'un preu reduït, com podreu observar en el tríptic i la sol·licitud d'inscripció que us hem enviat per correu electrònic.

### Congrés anual EABCT

Aquest congrés anual de la EABCT enguany arriba a la seva 40<sup>a</sup> edició i presenta un ampli programa científic amb la presència de primeres figures de la TCC, no només d'Europa sinó també de la resta del món. Podeu consultar tota la informació en el següent enllaç: <http://www.eabct2010-milan.it>.

### Introducció al Tractament Dialèctic Conductual del TLP

El proper mes de novembre l'SCRITC organitzarà el curs "Introducció al Tractament Dialèctic Conductual (TDC) del Trastorn Límit de la Personalitat" impartit per l'Àngel Soto, psicòleg clínic del Centre de Salut Mental d'Adults de l'Hospital General d'Igualada. El curs es realitzarà a les Illes Balears, concretament a Mallorca, on resideixen alguns dels membres més actius de la nostra societat, i tindrà com a objectiu introduir els conceptes teòric-pràctics del TDC en el Trastorn Límit de la Personalitat. Esperem que aquest sigui el primer de molts altres cursos a ses illes.

## Qui és qui?

Xavier Torres

El Xavi Torres va néixer a Barcelona al novembre del 1966, "just una setmana després que es produís un eclipsi total de sol que, com tothom sap, és presagi de grans catàstrofes naturals".

Actualment treballa al Servei de Psicologia Clínica d'Adults de l'Hospital Clínic de Barcelona. El seu temps el dedica principalment, tot i que no de manera exclusiva, a la Unitat de Fibromiàlgia.

Va estudiar a la Universitat de Barcelona i va completar la seva formació al Mestratge de Psicologia Clínica que es realitzava a les Seccions de Psicomètria i Consultes Externes de l'Hospital Clínic de Barcelona. Ens explica que allà va passar dos anys aterrit per les sessions teòriques setmanals en les que s'analitzava minuciosament cada afirmació que es feia, a la cerca d'esbrinar si el ponent, i molt sovint els oients, tenien un coneixement sòlid de l'assumepte en qüestió. Tanmateix, gran part dels casos que es tractaven eren resistents a tractaments previs, el que no només obligava a cercar estratègies que no s'haguessin emprat, sinó que això també va incrementar considerablement la seva tolerància a la frustració.

### El Mestratge al Clínic va ser cabdal per a la seva trajectòria

El primer contacte amb la Psicologia Clínica "en temps real" va ser mentre acabava la carrera, a les sessions que en Josep Maria Farré dirigia a les vuit del matí a l'Institut Dexeus. Posteriorment, les obres d'en Marks, Gray i Wells sobre l'ansietat, la teràpia cognitiva de Beck, el contextualisme de Jacobson, els apunts del seminari d'ISEP quan va convidar a en Salkovskis (ens confessa "no vaig poder pagar-me la inscripció"), els articles d'en Clark i el recull d'articles de Gilbert que van aportar una visió innovadora de la psicopatologia humana i animal. Actualment, refereix que té la gran sort de poder-se beneficiar de les converses, malauradament ocasionals, amb altres membres de l'SCRITC, de la insaciabile curiositat dels companys del Clínic i de tenir a casa a una de les psicòlogues més perspícaces del moment actual.

Refereix que no té cap dubte que la seva trajectòria professional no seria la mateixa si no hagués accedit al Mestratge de Psicologia Clínica del Clínic. Poder-s'hi quedar treballant després li ha permès seguir en contacte amb un tarannà rigorós i innovador en Psicologia Clínica que li ha permet seguir aprenent cada dia.

Està molt satisfet de la feina que varen fer, i segueixen fent, per a crear la primera unitat pel tractament de la fibromiàlgia. No només pel descrèdit que patia la malaltia i que han hagut de vèncer, sinó també pel caire veritablement multidisciplinari que des del primer dia té la unitat i que també és mèrit de la resta de professionals d'altres disciplines que hi participen. Ens diu "fa quatre dies em va fer molta il·lusió el reconeixement

que l'SCRITC va fer d'un dels nostres estudis".

Durant la seva estada a l'Institut Dexeus varen iniciar un assaig sobre un tractament nou per a la síndrome de l'intestí irritable, ideat per la Michelle Craske, i què tot just acabem.

El Xavi Torres va formar part de la Junta de l'SCRITC i recorda aquella època com a molt feliç. Ens explica que va tenir la sort de compartir la feina amb socis brillants i emprenedors. A més a més, varen aconseguir modernitzar la imatge de l'SCRITC i donar-li un nou impuls recuperant una estratègia que altres ja havien utilitzat abans: portar a les principals figures internacionals de la TCC. "No cal dir que ajudar en l'organització del Mundial va ser el màxim dels divertiments".

En el moment actual, pel què fa als seus projectes professionals, encara estan caracteritzant la fibromiàlgia i intentant definir els factors que determinen la resposta al tractament. No obstant, el que més li engresca és que ara que saben que la TCC és capaç de revertir l'alteració fisiològica que caracteritza la fibromiàlgia, estan intentant afinar el tractament i esbrinant els factors cognitius que creuen que són subjacents al comportament iatrogènic d'aquestes pacients. En breu analitzaran les

## Els llibres i els autors

### "El niño incomprendido"

**Cada capítol detalla com s'arriba al diagnòstic i quin és el tractament més adequat**

Aquest llibre recull els principals problemes vinculats al desenvolupament del sistema nerviós central que afecten a un 10-15% de la població infantil.

El Niño Incomprendido neix de les necessitats de l'Associació TDAH-Vallès per a seguir formant pares, educadors i professionals sobre el TDAH, la Discalculia, el Trastorn d'aprenentatge no verbal, els trastorns del Llenguatge,

dades sobre l'assaig clínic del tractament de la síndrome de l'intestí irritable i tot just començaran un projecte europeu sobre l'evolució dels donants vius de ronyó i fetge i els factors de bon i mal pronòstic.

En quan al moment actual que viu la TCC pensa que la imposició dels criteris científics d'eficàcia terapèutica ha contribuït a que la teràpia cognitivoconductual es trobi en el millor moment de la seva història. No té cap dubte que l'aproximació entre la investigació dels processos bàsics i la pràctica clínica contribuirà a que la TCC segueixi evolucionant cap a models més precisos i, per tant, cap a intervencions més eficaces. És per això que li continua sabent greu que es demani formació en TCC basada en "receptes" i no en principis i models, i que el públic, com diuen els periodistes, encara no sàpiga distingir la TCC de la "Pop Psychology". Finalment, ens explica que no acaba de veure clara l'aparició de les auto-anomenades teràpies de tercera generació. Creu que, de moment, la sol·licitud no sustenta el rebombori.

Finalment ens parla de les seves aficions i ens explica que li agrada jugar al tennis i guanyar, cosa que no li passa sovint. D'altra banda refereix que malgrat abans de sortir, de vegades li fa mandra, li deixi viatjar, especialment per països de cultura i paisatge exòtics, fer fotografies, menjar bé, esquiar i, si l'aigua no està molt freda, fer submarinisme.

la Dislèxia i el trastorn d'Asperger. Tots ells són trastorns que afecten d'una forma directa al rendiment escolar, la vida familiar i les relacions socials de nens i adolescents.

És un llibre de caire divulgatiu on els autors: Dr. Josep Artigas (neuropediatre), Neus Buisán (presidenta de l'Associació Catalana de Dislèxia), Cristina Carmona (neuropsicòloga), Katy Garcia (neuropsicòloga clínica), Sílvia Noguer (psicòloga infanto-juvenil) i Eugènia Rigau (neuropsicòloga clínica), han descrit cadascun dels trastorns amb el màxim rigor científic. Cada capítol detalla com s'arriba al diagnòstic, quin és el tractament més adequat i dona un seguit de recomanacions pràctiques i bibliogràfiques.



Coberta del llibre "El niño incomprendido" >>

L'objectiu és que cap nen/a amb dificultats passi desapercbut o titllat de malcriat, gandul o agressiu. Si no se'ls compren o ajuda, el seu futur està abocat al fracàs.