

Psicoterapia en el sistema nacional de salud (SNS)

Documento base de FEAP

Aprobado en Asamblea General Ordinaria de 9 de junio 2007

PRESENTACIÓN

Este documento tiene como objetivo principal sentar las bases de consenso para definir una propuesta de la Federación Española de Asociaciones de Psicoterapeutas (FEAP) sobre la psicoterapia como prestación básica incluida en la Cartera de Servicios del Sistema Nacional de Salud (SNS).

Al tiempo este consenso ha de conciliar las expectativas del SNS y sus posibilidades reales, con el rigor de este conocimiento y la calidad de esta prestación sanitaria, para avanzar en dirección a hacer una oferta más abarcativa y de calidad para los usuarios, que a la vez haga más eficiente el Sistema.

La psicoterapia individual, familiar y de grupo se ofrecía ya en 1995 como parte del primer Catálogo de Prestaciones del Sistema Nacional de Salud (Real Decreto 63/1995, BOE 10/2/95).

Más recientemente y como desarrollo de la Ley de Cohesión y Calidad del SNS ha quedado publicado el Real Decreto 1030/2006, BOE, nº 222 del 16/09/2006, que establece la Cartera Servicios comunes del Sistema Nacional de Salud (SNS), que incluye la Psicoterapia. Esta Cartera de Servicios del SNS, compromete las prestaciones que la Administración Pública Sanitaria oferta a los ciudadanos en todo el Estado con un carácter básico y obligado, quedando la competencia de su organización y gestión a las CCAA, que habrán de ofrecer y prestar específicamente los servicios sanitarios.

Esta Cartera de Servicios, que ha sido objeto de atención durante su tramitación en el Ministerio de Sanidad, hacia el que dirigió esta Federación sucesivas propuestas y aportaciones, ha incorporado la Psicoterapia, lo que sin duda representa un logro.

La implantación de la Psicoterapia en las prestaciones de los Sistemas de Salud Autonómicos debe ahora realizarse estableciendo parámetros de calidad, eficacia y eficiencia, abriendo de manera adecuada el desarrollo de esta actividad sanitaria especializada en el SNS a los ciudadanos.

La puesta en marcha de programas y/o unidades de psicoterapia en el SNS ha de hacerse desde el cuidado de la calidad. Es preciso avanzar progresivamente, considerando fases o estadios más definibles y operativizables en función de la situación real existente en cada área sanitaria de cada Comunidad Autónoma del Estado, empezando en un nivel modesto, pero eficiente para usuarios, profesionales y el propio Sistema y definiendo la progresión.

Pieza clave para que ello sea posible es cuidar la formación, la capacitación específica de los profesionales en tratamientos psicoterapéuticos; la hoy frecuente creencia y concepción de que Psicoterapia es aplicar ciertas técnicas instrumentales sin más, no sólo

es un error, es además un riesgo. Es preciso arbitrar recursos eficientes en la propia red, y apoyados por las áreas, con modelo de formación permanente y sostenido en el tiempo, sobre temas clave (como Psicoterapia de Grupo, Psicoterapia Breve y Focal, Psicoterapia Familiar y otras): Es preciso para contar en el SNS con técnicos y tiempo, pero también para albergar la pluralidad de recursos en red que requiere un "entorno psicoterapéutico".

En definitiva, proponemos profesionales formados para desarrollar programas de psicoterapia en un entorno factible en el SNS frente a que la psicoterapia aparezca como un objetivo pero sin medios. Para ello será imprescindible conciliar las estrategias: Definición de marco para la prestación, Formación e Implantación

Hacia todo ello dirige su esfuerzo el presente documento que da cuenta de la posición consensuada en FEAP, elaborada en diferentes instancias de la Federación, debatida en diferentes momentos a lo largo de un largo proceso e informada por diferentes y relevantes expertos de las diversas orientaciones y modelos por profesionales sanitarios del SNS miembros psicoterapeutas acreditados por esta Federación.

ÍNDICE

- 1. Definición de psicoterapia**
- 2. Psicoterapia como prestación de la Cartera de Servicios del SNS**
- 3. Acreditación y psicoterapia**
- 4. Formación y psicoterapia**
- 5. Investigación y Evaluación en Psicoterapia**
- 6. Calidad y psicoterapia**

[1] DEFINICIÓN DE PSICOTERAPIA

“Se entiende por psicoterapia todo tratamiento de naturaleza psicológica que, a partir de manifestaciones psíquicas o físicas de sufrimiento humano, promueve el logro de cambios o modificaciones en el comportamiento, relaciones, cogniciones, adaptación al entorno, salud física y psíquica, integración de la identidad psicológica y en general el mejor equilibrio y bienestar bio-psico-social de las personas y grupos tales como la pareja o la familia” (Definición de FEAP, aprobada en 1993).

El término psicoterapia no presupone una orientación o enfoque teórico-técnico científico único definido, siendo considerado denominativo de un amplio dominio científico-profesional especializado, que se especifica en diversas orientaciones teóricas, técnicas y aplicadas.

Las intervenciones terapéuticas son de naturaleza verbal y no verbal, establecidas sobre la relación y el vínculo terapéutico y persiguen la reducción o eliminación de los síntomas a través de la modificación de patrones emocionales, cognitivos, conductuales, interpersonales, relacionales o de los sistemas en los que vive inmerso el individuo.

[2] PSICOTERAPIA COMO PRESTACIÓN DE LA CARTERA DE SERVICIOS DEL SNS

La Psicoterapia viene prestándose por profesionales del SNS, muchas veces psicoterapeutas acreditados por esta Federación, de forma individual, grupal o familiar y en las diferentes orientaciones teórico-técnicas.

La psicoterapia sola, o en combinación con otras intervenciones, constituye el tratamiento de primera elección de un gran número de trastornos mentales, un elemento coadyuvante en el tratamiento de otros y un instrumento de intervención en otra serie de problemas relacionados con la salud.

[2.1.] Marco para la actuación:

Con el fin de ofrecer una psicoterapia de calidad, los servicios sanitarios del SNS deben ofrecer,

- Programas o Unidades específicos con profesionales adscritos.
- Objetivos definidos.
- Psicoterapeutas acreditados en los servicios.
- Actividades evaluables con una periodicidad establecida.
- Programas flexibles capaces de evolucionar de acuerdo con las necesidades de la población y abiertos a cambios en su organización.
- Tiempos asegurados en la agenda de los profesionales para esta prestación.

Debería desarrollar,

- Tratamientos e intervenciones psicoterapéuticas de eficacia demostrada a partir de la evidencia disponible y el consenso de la comunidad clínico-asistencial.
- Tratamientos, Intervenciones y técnicas psicoterapéuticas individuales breves.
- Tratamientos, Intervenciones y técnicas grupales psicoterapéuticas (grupales, parejas, familias) breves.
- Tratamientos, intervenciones y técnicas focales, de tiempo limitado.
- Psicoterapias de apoyo e intervenciones psicoterapéuticas dirigidas al apoyo de pacientes crónicos graves y sus familiares.

[2.2.] Establecimiento de prioridades en la atención

- Trastornos graves en los diferentes grupos etarios.
- Trastornos de mayor prevalencia.
- Casos de riesgo evolutivo de cronificación.
- Complicaciones psicopatológicas de las crisis de ciclo vital primera infancia, adolescencia, edad media y envejecimiento.
- Complicaciones psicopatológicas de las crisis vitales accidentales.

[2.3.] Niveles de Atención Sanitaria

El SNS y más específicamente los Servicios de Salud Mental de cada área sanitaria de las CCAA, deben definir y facilitar la oferta de intervenciones y tratamientos psicoterapéuticos para cada nivel asistencial: Primaria, Especializada y Hospitalaria. En cada uno de los niveles se debe garantizar que sea accesible y equitativa y no parcelada ni separada de otras intervenciones, atendiendo al momento de su aplicación (contexto asistencial), así como al momento en el curso de la enfermedad (contexto subjetivo, familiar y social).

En Atención Primaria, la intervención psicoterapéutica se establece en un primer nivel con Programas específicos de tratamientos e intervenciones psicoterapéuticas limitados.

- Sobre síntomas y trastornos prevalentes en este nivel asistencial.
- Indicados por el médico de familia o por el pediatra.
- Han de ser desarrollados por profesionales de la Atención Primaria formados y entrenados específicamente. Las aplicaciones de técnicas psicoterapéuticas desarrolladas por profesionales sanitarios no acreditados como psicoterapeutas, deben ser supervisadas por psicoterapeutas acreditados, que podrán actuar así mismo como consultores a fin de orientar, asesorar y en su caso abordar con los profesionales de este nivel aspectos como la sobrecarga emocional que conlleva el trabajo con la salud/enfermedad. Estos psicoterapeutas acreditados podrán ser externos al Centro de Atención Primaria, preferentemente del nivel secundario o de atención especializada de Salud Mental. Los dispositivos asistenciales de Atención Secundaria y Terciaria, de Atención Especializada de Salud Mental, han de disponer de los recursos necesarios para:
- Ofertar Programas o Unidades de Psicoterapia para los diferentes niveles etarios, al menos específicamente para población adulta y de niños y adolescentes.
- Contar con profesionales acreditados en psicoterapia adscritos a dichos programas o unidades.
- Cubrir la supervisión de la Atención Primaria en esta materia en su caso.
- Realizar tratamientos psicoterapéuticos con el mayor nivel de responsabilidad clínica.
- Garantizar la posibilidad de tratamiento en las modalidades de psicoterapia individual, familiar, grupal y combinadas.

Los servicios asistenciales que integran el nivel terciario tales como, Unidad de Salud Mental de Hospital General, Unidad o Centro de Día, Comunidad Terapéutica y Unidad de Rehabilitación implican una variedad de recursos que debe garantizar que la psicoterapia también sea una prestación básica.

[2.4.] Elementos básicos para la formalización de intervenciones y tratamientos psicoterapéuticos en el SNS

El SNS y específicamente los servicios sanitarios de salud mental deberán proporcionar, en el tipo de patologías que atienden, aquellos tratamientos e intervenciones psicoterapéuticas que cuentan con el respaldo de la comunidad científica y clínica a partir de la experiencia disponible con el mayor nivel y grado de responsabilidad clínico-asistencial.

La evaluación y el diagnóstico estructural de carácter multiaxial, contextualizado y pluridisciplinar, son elementos clave en la organización de la atención y facilita establecer la indicación de estos tratamientos dentro de un proyecto global e individualizado.

El tratamiento psicoterapéutico comporta,

- La formalización de un contrato terapéutico.
- En este contrato se definen los objetivos, número de sesiones y duración de las mismas.
- Tiempo total del tratamiento.
- Indicadores de calidad del plan terapéutico.

[3] ACREDITACIÓN Y PSICOTERAPIA

La larga experiencia de FEAP en el campo de la psicoterapia y el reconocimiento de su calidad y validez tanto dentro como fuera de nuestras fronteras, sustenta los criterios para la acreditación que ésta requiere de un profesional de la salud para su reconocimiento como psicoterapeuta, así como para aquellas entidades que solicitan la correspondiente garantía para impartir la formación de futuros psicoterapeutas. Esta acreditación está, así mismo, reconocida y apoyada por la European Association Psychotherapy, Federación Europea a la que pertenece FEAP.

Siguiendo los criterios establecidos por FEAP en sus Estatutos, los criterios para la acreditación de diferentes instancias han de establecerse explícitamente, refiriéndose al menos a:

- **Psicoterapeutas:** en el ámbito de tiempo de formación, el recorrido curricular y la práctica clínica con supervisión reglada debidamente garantizada.
- **Docentes y supervisores acreditados:** psicoterapeutas avalados con amplia experiencia, con garantía para impartir la formación en psicoterapia, así como para ejercer como supervisor de casos y de orientador en el ejercicio de la psicoterapia.
- **Escuelas de Formación:** con criterios establecidos para la formación del psicoterapeuta y superando los niveles de control de calidad de su programa de formación.
- **Unidades Docentes** apoyadas por el propio Sistema de Salud, que podrían seguir los criterios de acreditación FEAP en lo referente al programa de formación, a los docentes y supervisores, así como a los criterios referidos a la obtención de la acreditación de psicoterapeuta.

[4] FORMACIÓN EN PSICOTERAPIA

Los profesionales que ejercen la psicoterapia requieren una formación y una capacitación específica. Además de los psicólogos clínicos y los psiquiatras, que tienen plena responsabilidad clínica como facultativos de los servicios de Salud Mental del SNS, otros profesionales entrenados y formados adecuadamente pueden practicar diferentes niveles de intervención en psicoterapia integrados dentro del plan terapéutico global del paciente.

[4.1.] Objetivos

- Búsqueda de equidad en el acceso del usuario a una prestación de calidad en Psicoterapia
- Establecimiento de estándares comunes en el SNS en la formación de profesionales del SNS en materia de Psicoterapia.
- Acreditación de psicoterapeutas basada en programas de calidad.
- Desarrollar con garantías de calidad esta prestación incluida en la Cartera de Servicios.
- Adecuación y acreditación de los currículos profesionales ante la importancia creciente de la formación en Psicoterapia.

[4.2.] Niveles de Formación

De manera acorde con los niveles de atención sanitaria del SNS, de cometidos y competencias asignados y de responsabilidad clínico-asistencial de los profesionales según su ubicación en los servicios del mismo, pueden establecerse tres niveles

diferenciados que habrán de adquirirse por los profesionales a través de programas formativos específicos, teórico-prácticos y supervisados, debidamente acreditados:

Nivel 1:

Enseñanza de las habilidades básicas de la entrevista terapéutica, del manejo de la relación con el paciente y de los factores comunes en psicoterapia.

Entrenamiento en técnicas específicas y limitadas de intervención terapéutica.

Conocimiento de habilidades que permitan realizar diagnósticos básicos según la clasificación diagnóstica en uso, dando prioridad a una evaluación multiaxial.

Nivel 2:

Conocimiento en técnicas e intervenciones específicas necesarias para abordar la problemática psicológica asociada a enfermedades físicas, crónicas e invalidantes, así como a los trastornos mentales independientemente del diagnóstico, como dificultades en las relaciones sociales, manejo de situaciones de riesgo...

Nivel 3:

Capacitación específica en psicoterapia (psicoterapeutas acreditados). Adquisición de las habilidades necesarias para la práctica según un modelo psicoterapéutico: psicodinámico, cognitivo-conductual, sistémico, psicocorporal, humanista, existencial e integrador.

[4.3.] Acciones necesarias

1. Acreditación de programas de asistencia psicoterapéutica en los servicios especializados de Salud Mental.
2. Inclusión en los programas de formación de pre-grado en las diferentes titulaciones, asignaturas y acciones específicas encaminadas al conocimiento básico de la psicoterapia.
3. En la formación especializada
 - a) Desarrollar e integrar formación en psicoterapia dentro de los programas de formación especializada de PIR y MIR en Psiquiatría y desarrollar un Área de Capacitación Específica (ACE) en Psicoterapia al que puedan acceder Psicólogos Clínicos y Psiquiatras al finalizar su periodo de formación especializada como residentes.
 - b) Elaboración de un catálogo de Unidades Docentes acreditadas para la formación del Área de Capacitación Específica en Psicoterapia y en psicoterapia de MIR y PIR.
 - c) Evaluaciones periódicas de las unidades docentes acreditadas.

[4.4.] En la formación continuada

- a) Acreditación de supervisores por áreas sanitarias-geográficas con evaluaciones periódicas.
- b) Considerar la formación en Psicoterapia como prioritaria en los planes de formación continuada de los Servicios de Salud Mental de las Consejerías de Salud de las CCAA.
- c) Evaluaciones periódicas de las Unidades Docentes Acreditadas del SNS y de los programas y unidades de asistencia psicoterapéutica.

[5] INVESTIGACIÓN Y EVALUACIÓN EN PSICOTERAPIA

En un marco sanitario de recursos finitos y de exigencia ciudadana, el objetivo es obtener el mejor tratamiento con un coste adecuado y sostenible. Por ello es necesario desarrollar líneas de investigación dirigidas a la elaboración de criterios de eficacia y el desarrollo de nuevos conocimientos e instrumentos en las intervenciones y tratamientos psicoterapéuticos.

Acciones a desarrollar:

1. Impulsar la investigación de proceso (cuáles son los mecanismos por los que la psicoterapia promueve el cambio) y de resultados (qué conseguimos en términos de eficacia y eficiencia) en el campo de la psicoterapia.
2. Promover metodologías de investigación cualitativas que tengan en cuenta parámetros de calidad.
3. Posibilitar la creación de redes de investigación que permita diseños potentes con tamaños muestrales importantes.
4. Apoyar la investigación en psicoterapia desde las Agencias Públicas de Investigación.

[6] Calidad en Psicoterapia

La investigación científica en la actualidad no aporta información suficiente para apoyar la adopción de medidas institucionales encaminadas a mejorar la calidad de las prestaciones sanitarias actuando sobre los procesos asistenciales, tales como limitar la práctica a las “psicoterapias con fundamento empírico” o imponer con carácter limitativo el uso de protocolos y GPC (Guías de práctica clínica).

La calidad asistencial debe ser valorada, en todo caso, en el punto final del recorrido asistencial, recogiendo el resultado terapéutico. Para ello se recomienda implantar de forma generalizada y rutinaria el uso de instrumentos que permitan medirlo de forma adecuada. Un procedimiento informático que registrase fiablemente y difundiese los resultados terapéuticos ayudaría a completar este sistema de control de la calidad.

.....

Han trabajado en la elaboración de este documento:

Fase I

Coordinadora:

Paz Flores Martínez (Vicepresidenta de FEAP)

Integrantes:

Carmen Bayón Pérez

Fernando Carrasco Pérez-Machado

M^a Sol Filgueira Bouza

Manuel Gómez Beneyto

Miguel Ángel González Torres

Antonio León Maqueda

Encarnación Mollejo Aparicio

Beatriz Rodríguez Vega

Pilar Vázquez Serrano.

Fase II

Coordinadora:

Begoña Olabarría González (Presidenta de FEAP)

Consultantes y asesores:

Salvador Alemán Méndez

Alejandro Ávila Espada

Marina Corrochano

Consuelo Escudero Álvaro

Manuel Hernanz Ruiz

Lluís Lalucat

Alberto Lasa

Roberto Pereira Tercero.

Cristina Azpilicueta

Francisco Chicharro