

"Las TIC pueden contribuir al mejorar el acceso a los tratamientos psicológicos" - Diario de Teruel - 26/10/2019

"Las TIC pueden contribuir a mejorar el acceso a los tratamientos psicológicos"

El congreso de Psicología Clínica reúne en Teruel a más de 200 especialistas de toda España

I. Muñoz
Teruel

La mitad de las personas que lo necesitan no pueden recibir tratamiento psicológico pero las nuevas tecnologías pueden mejorar estas cifras y contribuir a que ampliar el abanico de la gente pueda tener acceso a estas intervenciones y para ellos hay que trabajar un correcto diseño de estas propuestas. Esta fue una de las cuestiones que se abordó ayer en el undécimo Congreso de la Asociación Española de Psicología Clínica y Psicopatología que se inauguró ayer en Teruel y en el que participan más de 200 expertos de toda España.

Uno de los simposios que se celebraron ayer dentro de esta cita científica estuvo dedicado a las *Características tecnológicas avanzadas aplicadas a los tratamientos psicológicos*. Su coordinador y el profesor de la Universidad Jaime I, Ignacio Miralles, explicó que en esta sesión de trabajo se analizó el uso de las TIC como la geolocalización, las aplicaciones móviles o las aplicaciones web siempre teniendo como objetivo "mejorar o agilizar las tareas que tienen los psicólogos clínicos con todos los aspectos de salud mental".

Miralles recordó que estas aplicaciones requieren la presencia del terapeuta, ya que destacó que se trata de "herramientas y no de sustitutos de los clínicos".

El simposio analizó las claves para diseñar correctamente aplicaciones de este tipo. Miralles explicó que se debe tener en cuenta cada uno de los pasos, desde que se empieza a planificar la intervención hasta el desarrollo técnico. En este sentido, el experto indicó que hay que tener en cuenta la propia persona que lo va a utilizar, su perfil, las capacidades que tiene el usuario para usar la tecnología, el diagnóstico en concreto o la interfaz que se va a emplear, en definitiva, un análisis integral.

Otro de los asuntos que se abordaron en el congreso fue el de la regulación emocional en la infancia y la adolescencia. La coordinadora de este simposio, Alma Martínez de Salazar, de la Unidad de Salud Mental Infanto Juvenud de Almería, señaló que "casi todas las patologías tienen de base una alteración emocional que las acompaña. Una parte del malestar en cualquier trastorno psicopatológico se mejora con el abordaje de las emociones".

Cinco especialistas de esta especialidad participaron en esta sesión donde explicaron los aspectos generales de la regulación emocional y experiencias concretas de aplicación con niños y adolescentes.

"La regulación emocional es una habilidad que consiste en aprender a manejar las emociones que experimentamos, saber identificarlas y actuar de una forma efectiva para que la interacción en la situación en la que experimente esa emoción y el resultado sea satisfactorio", explicó Reyes Moliner, de la Universidad Católica de Valencia.



Simposio sobre tecnologías de la información y tratamientos psicológicos, ayer en el Congreso de Psicología Clínica en el Campus de Teruel



Simposio sobre regulación emocional celebrada ayer en el Congreso de Psicología Clínica

nes que experimentamos, saber identificarlas y actuar de una forma efectiva para que la interacción en la situación en la que experimente esa emoción y el resultado sea satisfactorio", explicó Reyes Moliner, de la Universidad Católica de Valencia.

Moliner señaló que hay problemas de regulación emocional que explicarán por qué un niño puede tener ansiedad, o un episodio depresivo o un trastorno de déficit de atención con hiperactividad y que existen tratamientos que persiguen abordar estas dificultades.

La especialista añadió que, en la medida en que hay elementos comunes que estarían a la base de estos diferentes trastornos, el disponer de tratamientos que abordan tanto el manejo de las emociones como, posteriormente,

estrategias de cambio de pensamiento y afrontamiento, es un elemento importante de cara a contar con tratamientos "que funcionan y que pueden ser aplicados a un abanico amplio de trastornos".

Y es que, precisamente, el congreso que se celebra en Teruel ha elegido como eje temático el trasdiagnóstico, que se basa en la idea de identificar qué factores

están causando y manteniendo distintos tipos de trastornos para poder construir un tratamiento basado en esos factores o dimensiones que comparten y que se puedan aplicar en varias patologías.

El director del congreso, Jorge Osma explicó que el objetivo fundamental de esta reunión es "que los profesionales sanitarios de la psicología y la salud mental, sobre todo de la psicología clínica, estén actualizados en los últimos avances que se han realizado, tanto desde un punto de vista de estudios de psicopatología, saber los elementos que se deben tratar para que las personas mejoren en su vida; como desde un punto de vista de los tratamientos psicológicos, qué deberían incluir esos tratamientos para que fueran eficaces".

Por otro lado, Osma también resaltó que este tipo de citas científicas son una excelente oportunidad para que los investigadores se conozcan y se "generen redes de trabajo".

En la jornada de ayer se trató, además, la salud sexual y el bienestar en adolescentes y jóvenes; la ética profesional en la práctica clínica; los trastornos alimentarios y los de personalidad.

El congreso continuará hoy con propuestas sobre evaluación y tratamiento de los trastornos perinatales; intervenciones trasdiagnósticas en diferentes contextos; la intervención psicológica en dependencias y el tratamiento asertivo para los trastornos mentales graves, entre otros.