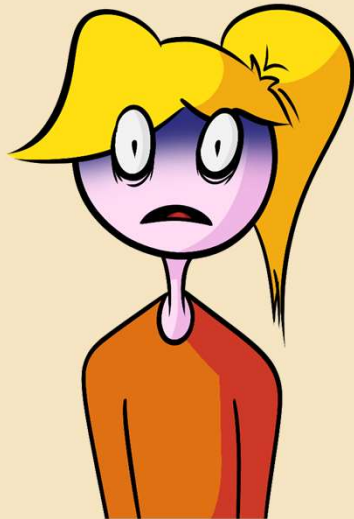


# PROTOCOLO DE INTERVENCIÓN EN TRAUMA COMPLEJO CON EMDR



Begoña Aznárez  
[www.psicociencias.com](http://www.psicociencias.com)

Ilustraciones: Juan Marín  
@conimorart

# PSICOTERAPIA BREVE DEL TRAUMA

- Pacientes con Fibromialgia y TEPT
- Protocolo de Intervención en Trauma Complejo en 22 sesiones
- EMDR (Desensibilización y Reprocesamiento por el Movimiento Ocular), desarrollado por Francine Shapiro en 1987 que en 2010 fue reconocido como “basado en evidencia” y en 2012 la OMS lo aprobó como protocolo de elección para utilizar en TEPT



Hospital Universitario  
Puerta de Hierro Majadahonda

D<sup>a</sup>. CRISTINA AVENDAÑO SOLÁ, PRESIDENTA DEL COMITÉ ÉTICO DE  
INVESTIGACIÓN CON MEDICAMENTOS DEL HOSPITAL  
UNIVERSITARIO PUERTA DE HIERRO MAJADAHONDA DE MADRID

CERTIFICA

Que dicho Comité ha evaluado el proyecto de investigación titulado:

“IMPACTO DEL TRATAMIENTO CON EMDR SOBRE LOS SÍNTOMAS SOMÁTICOS  
EN PACIENTES CON FIBROMIALGIA Y TRASTORNO POR ESTRÉS  
POSTRAUMÁTICO”.

a solicitud del Dr. Juan Torres Macho del Servicio Medicina Interna del Hospital  
Universitario Infanta Cristina, considerando que su planteamiento global es  
aceptable desde el punto de vista metodológico y ético. Acta nº 13.17.

En Majadahonda, a 10 de julio de 2017

Hospital Universitario  
Puerta de Hierro  
Majadahonda  
Comité Ético de Investigación  
Clínica

Fdo.: Dra. Avendaño Solá  
Presidenta del CEIm

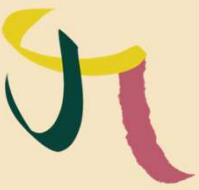
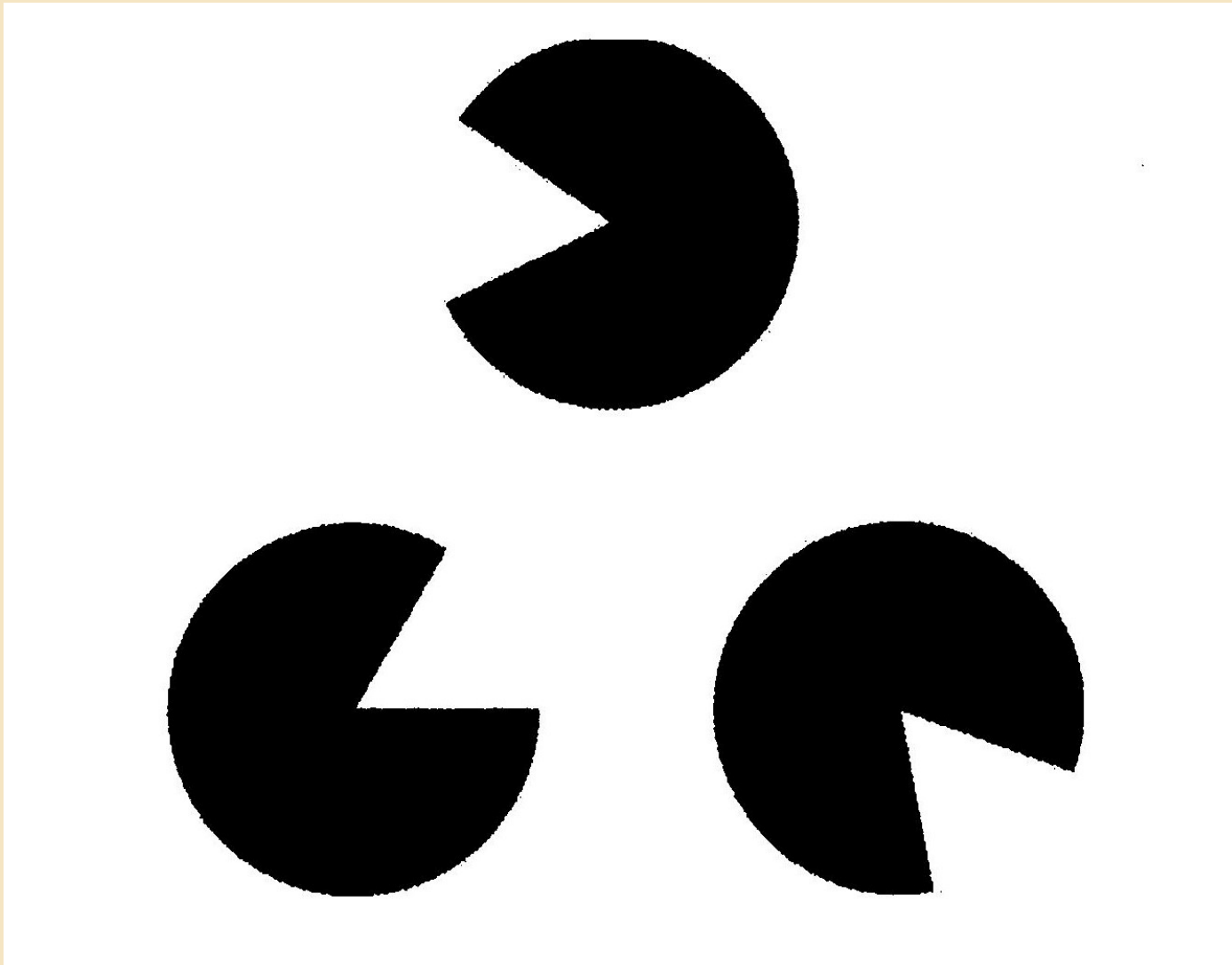
ZONA NOROESTE  
C/ Joaquín Rodrigo, 2  
28222 Majadahonda (Madrid)  
Tel.: 91 191 60 00  
Fax: 91 373 05 35

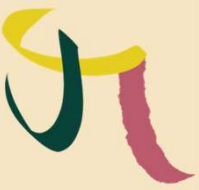
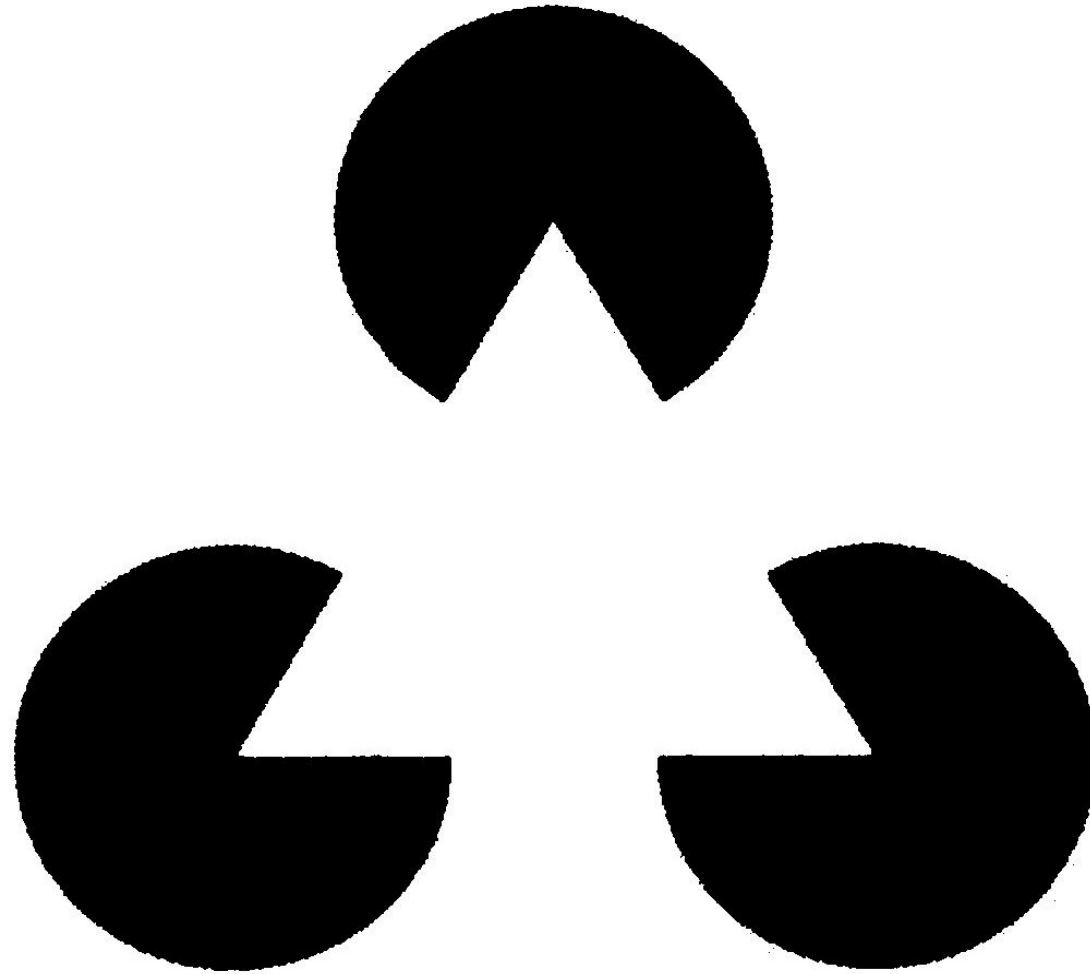
Red  
H s  
Hospitales sin H

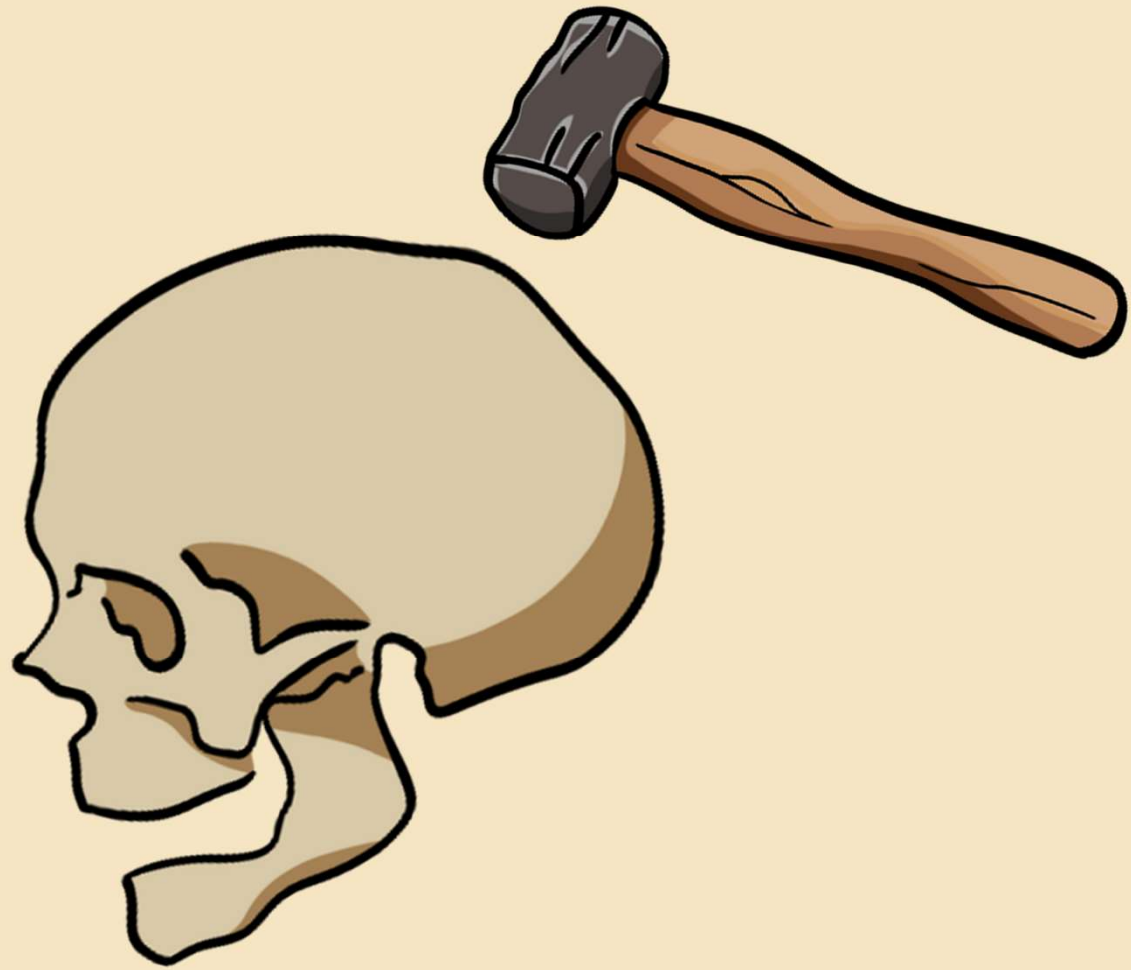
# OBJETIVO

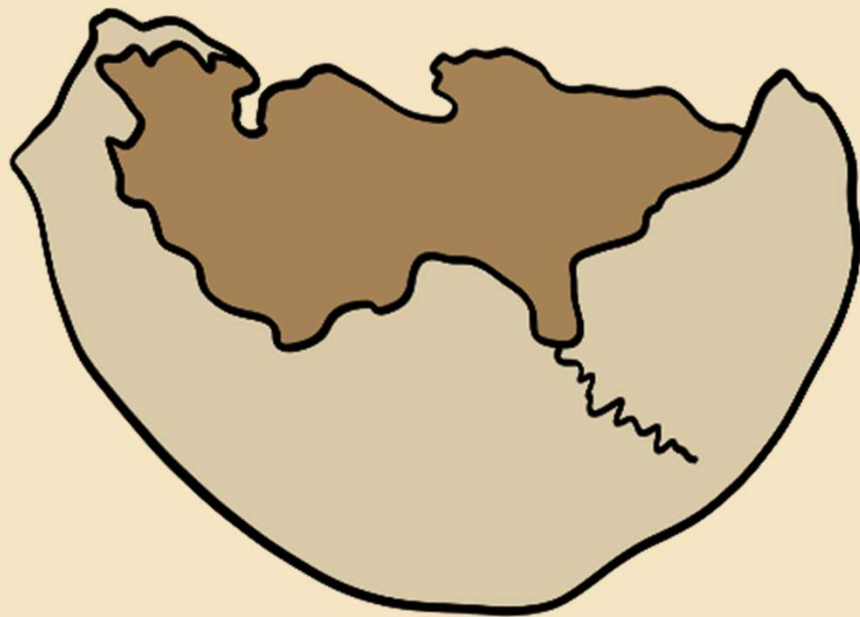
- Desarrollo de INTELIGENCIA INTEGRADORA
- Diferenciar + Conectar + Narrar
- Resultado: incremento de la consciencia = alivio del sufrimiento + aumento del bienestar global





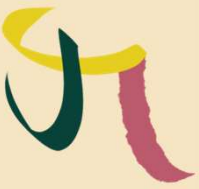
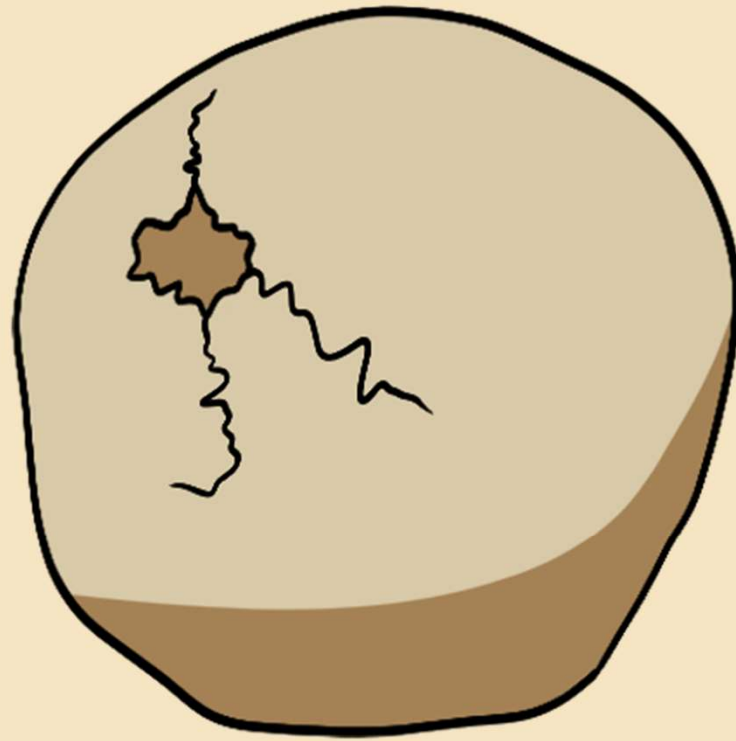












# VARIOS NOMBRES PARA UN MISMO FENÓMENO

- El síndrome que se deriva de un trauma prolongado y repetido, que se experimenta en un período de extrema vulnerabilidad como es la infancia, sigue necesitando un nombre propio
- TEPT complejo (Herman, 1992)
- Desorden por estrés extremo de otra forma no especificado (DESNOS), Van der Kolk
- Trauma relacional temprano, Alan Schore
- Trastorno por Trauma del Desarrollo (TTD), Van der Kolk y Hermann, 2009



# TEPT

```
graph TD; A[TEPT] --- B[INTRUSIVIDAD]; A --- C[AROUSAL]; A --- D[EVITACIÓN]; B --- B1[Pensamientos recurrentes]; B --- B2[Flashbacks]; B --- B3[Pesadillas]; C --- C1[Trast. del sueño]; C --- C2[Irritabilidad]; C --- C3[Ansiedad]; D --- D1[Pensamientos]; D --- D2[Personas o lugares relacionados]; D --- D3[Hablar del tema];
```

A flowchart with a central green box labeled 'TEPT'. A vertical line descends from it to a horizontal line. From this horizontal line, three vertical lines lead to three colored boxes: pink on the left, yellow in the middle, and blue on the right. Each box contains a symptom category and a list of associated symptoms.

## INTRUSIVIDAD

Pensamientos recurrentes  
Flashbacks  
Pesadillas

## AROUSAL

Trast. del sueño  
Irritabilidad  
Ansiedad

## EVITACIÓN

Pensamientos  
Personas o lugares relacionados  
Hablar del tema



# CONSECUENCIAS DE ESTAS EXPERIENCIAS

- Alto nivel de disociación
- Experiencia de vacío
- Falta de estructura
- Fobia a la reexperimentación
- Fobia entre partes
- Amnesia disociativa
- Creencias erróneas y limitantes
- Narrativa escasa, incoherente, ineficaz

**DESINTEGRACIÓN**

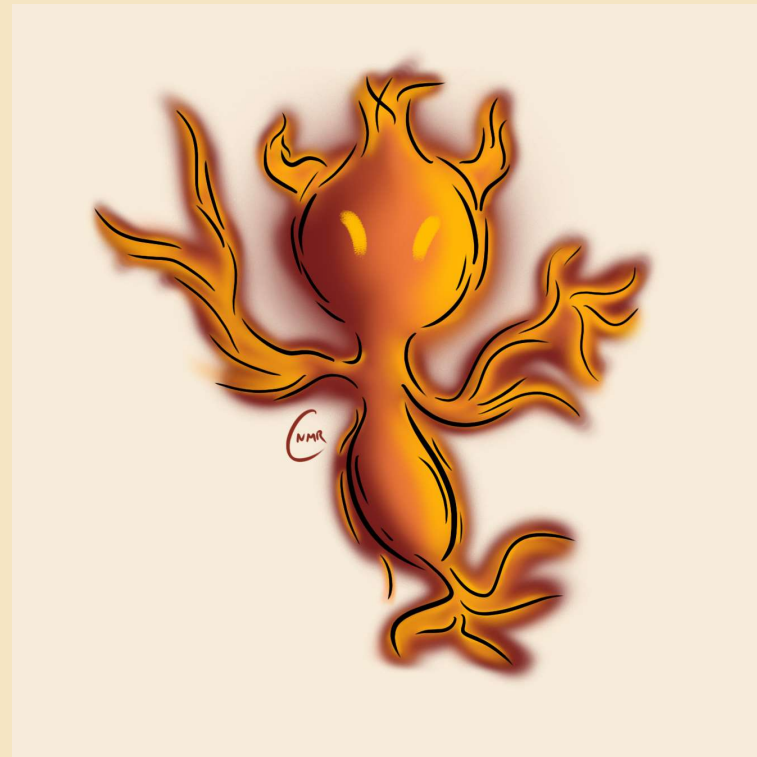
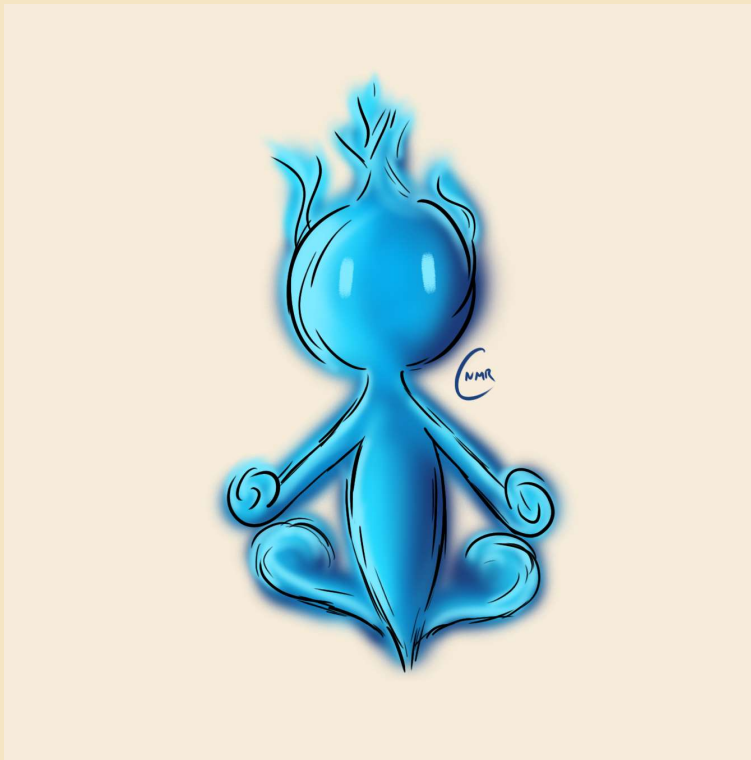


# ¿QUÉ SEPARAMOS Y POR QUÉ?

## ■ Información



# SISTEMAS PSICOBIOLOGICOS BÁSICOS: APROXIMACIÓN - DEFENSA



# SISTEMAS PSICOBIOLOGICOS

Sistema de Aproximación

Sistema de Defensa

APEGO ----- DESAPEGO

Suponen dos grandes tareas adaptativas



# CONFLICTO UNIVERSAL





# OPCIONES PARA LA INTEGRACIÓN DE AMBAS VOCES

- Hablar de ello
- Pensar en ello
- Soñar con ello





# SILENCIO



# TRAUMA PSÍQUICO

- Mi definición:

*El trauma psíquico es la herida resultante de verse obligado a silenciar, negar e incluso disociar las experiencias vividas con alto impacto emocional que debieran haber sido compartidas con las figuras de apego para adquirir significado, así como para generar las adecuadas creencias sobre uno mismo y el mundo y, consiguientemente, posibilitar la adaptación y el aprendizaje*



# CONSECUENCIAS DE ESTAS EXPERIENCIAS

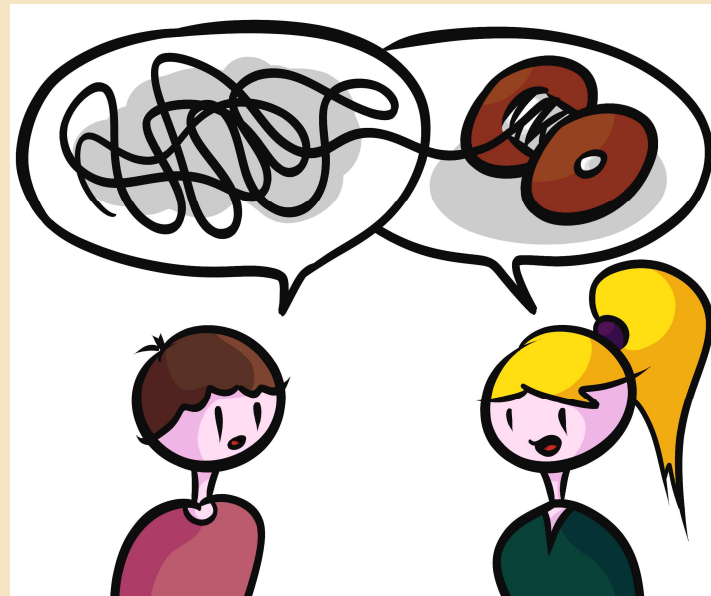
- Alto nivel de disociación
- Experiencia de vacío
- Falta de estructura
- Fobia a la reexperimentación
- Fobia entre partes
- Amnesia disociativa
- Creencias erróneas y limitantes
- Narrativa escasa, incoherente, ineficaz

**DESINTEGRACIÓN**



# ABORDAJE TERAPÉUTICO

- Evaluación exhaustiva
- Intervención basada en la Psicoterapia Breve



# EVALUACIÓN

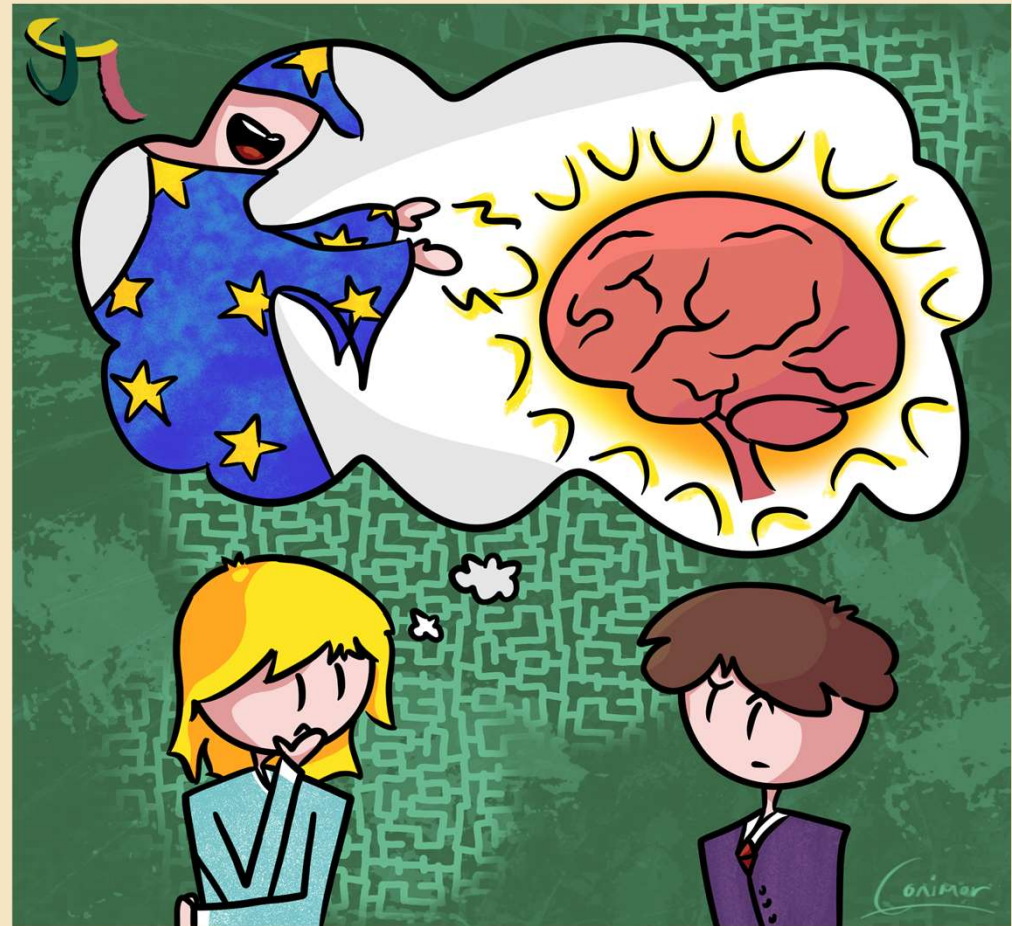
- Vínculo
- Diferenciación + Conexión + Narrativa
- Dos herramientas imprescindibles:
  - ✓ Línea de vida
  - ✓ Genograma
- INFORME
- Número de sesiones: 6





# INTERVENCIÓN

- Número de sesiones: 16





# INTERVENCIÓN

- Trabajo de preparación antes de aplicar protocolo básico de EMDR con el Protocolo de Aumento de Ventana de Tolerancia
- Utilizamos Estimulación Auditiva y trabajamos con la línea de vida conservando tono narrativo y atención dual
- Esto nos ayuda a **seleccionar las dianas** con las que vamos a trabajar



# CONSEGUIMOS

- Revertir disociación
- Transformando memoria implícita en explícita y generando memoria explícita a partir de la memoria semántica y autobiográfica



# CONSEGUIMOS

- Aumentar la tolerancia a la experiencia interna



# CONSEGUIMOS

- Ir superando la fobia a la reexperimentación



# CONSEGUIMOS

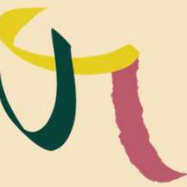
- Y la fobia entre partes



# SELECCIÓN DE DIANAS

- Imprescindible encontrar las dianas nucleares para hacer FOCO
- Sesión de Construcción de ICES
  - ✓ I: *Input* sensorial
  - ✓ C: Creencia negativa
  - ✓ E: Emoción
  - ✓ S: Sensación





# TRABAJO A FUTURO

- Trabajamos dos escenarios posibles a futuro
- Desensibilizamos la ansiedad anticipatoria
- Protocolo de EMD
- Generación de la creencia “Soy capaz”
- Empoderamiento



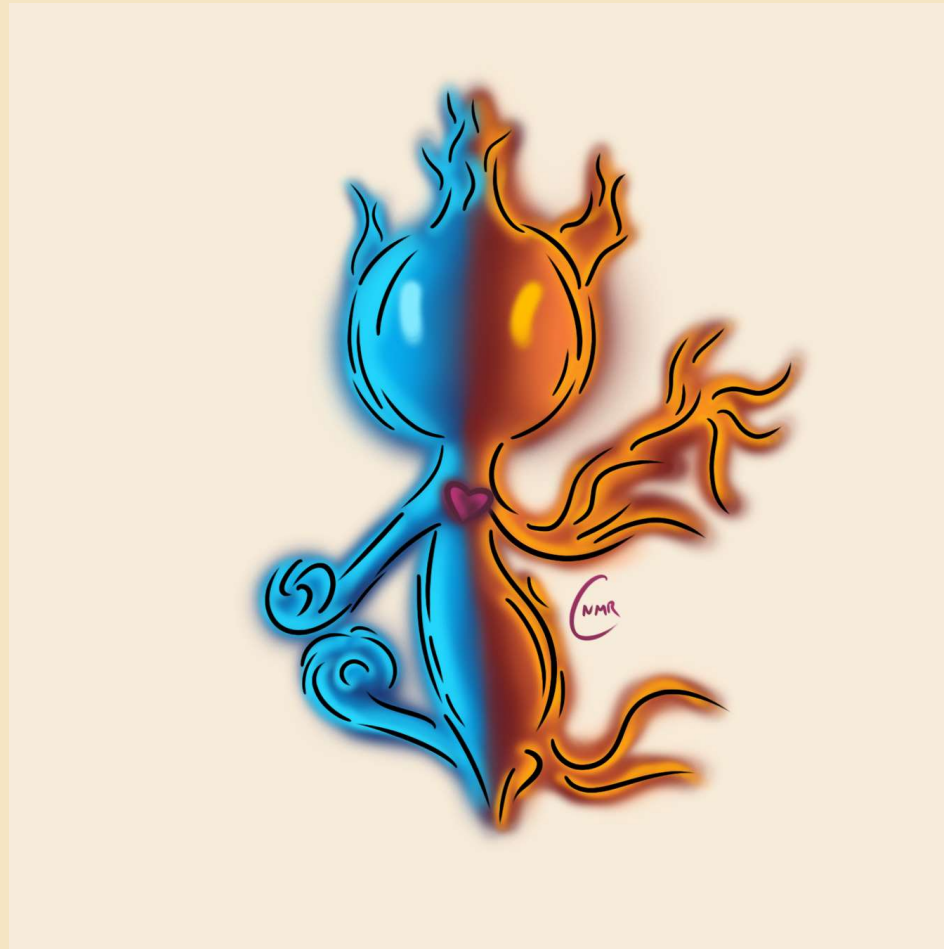


# CIERRE

- Volvemos a relatar para resignificar la narrativa de partida
- El ser humano da significado a su experiencia narrándola
- Debemos asegurarnos de que la narrativa se transforma en completa, coherente y eficaz



# INTEGRACIÓN



# PROTOCOLO DE INTERVENCIÓN

Protocolo de 22 sesiones basado en nuestro modelo de Psicoterapia Breve Integrada:

- ✓ Evaluación en 5 sesiones
- ✓ Sesión de devolución: lectura de informe
- ✓ Sesión de explicación EMDR y Trauma e instalación de Recursos Positivos
- ✓ Protocolo de Aumento de Ventana de Tolerancia (3 sesiones)
- ✓ Sesión de Construcción de ICES
- ✓ 8 sesiones de trabajo con dianas del pasado y disparadores del presente
- ✓ 2 sesiones de trabajo a futuro
- ✓ Cierre: narrativa resignificante





Sociedad Española de  
Medicina Psicosomática  
y Psicoterapia

## **Fibromialgia, trauma y EMDR: un protocolo exitoso y una experiencia maravillosa**

*Fibromyalgia, trauma and EMDR:  
a successful protocol and a wonderful experience*

**Begoña Aznárez**

Psicóloga. Psicoterapeuta  
Presidenta de la Sociedad Española de Medicina Psicosomática y Psicoterapia



# MUCHAS GRACIAS

[www.psicociencias.com](http://www.psicociencias.com)

sempyp



@sempyp

