Primeras evidencias científicas de la terapia psicoanalítica
Benedict Carey

La terapia psicoanalítica intensiva, la llamada "cura por la palabra" enraizada en las ideas de Freud, casi ha desaparecido en la era de los tratamientos con drogas y asistencia controlada.

Pero hoy los investigadores informan que la terapia puede ser efectiva contra algunos problemas mentales crónicos, incluyendo la ansiedad y el desorden de la personalidad llamado "borderline".

En una revisión de 23 estudios sobre ese tipo de tratamientos que abarcan a 1053 pacientes, los investigadores concluyeron que la terapia, con una frecuencia de tres veces por semana, en muchos casos durante más de un año, aliviaba significativamente los síntomas de esos problemas más que las terapias breves.

Los autores, que publicaron sus hallazgos en la revista The Journal of the American Medical Association, aconsejan enfáticamente a los científicos que realicen más pruebas con la terapia psicodinámica, como se la conoce, antes de que se pierda completamente y pase a ser una curiosidad histórica.

La revisión es la primera evaluación del psicoanálisis que aparece en una importante publicación médica y los estudios sobre los que se basó la nueva presentación no son muy conocidos por los médicos.

La especialidad se ha resistido al escrutinio científico durante muchos años porque sostenía que el proceso del tratamiento es altamente individualizado y, por lo tanto, no apto para un estudio de ese tipo. Se basa en la idea freudiana de que los síntomas tienen su raíz en

conflictos ocultos y a menudo de larga data, que pueden ser descubiertos en parte a través de un examen profundo de la relación paciente-terapeuta.

Los expertos advirtieron que la evidencia citada en el nuevo estudio era todavía demasiado exigua para proclamar una clara superioridad de la terapia psicoanalítica respecto de diferentes tratamientos, como la terapia conductista cognitiva, un tratamiento más corto. Los estudios que los autores revisaron simplemente no son lo suficientemente fuertes, afirmaron estos expertos.

"Pero esta revisión seguramente no parece contradecir la noción de que las terapias cognitivas u otras breves son mejores que cualquier otra -afirmó Bruce E. Wampold, director del departamento de counseling psicológico de la Universidad de Wisconsin-. Cuando está bien hecha, la terapia psicodinámica parece ser tan efectiva como cualquier otra para algunos pacientes y esto me pareció como un cambio radical."

Los investigadores Falk Leichsenring, de la Universidad de Giessen, y Sven Rabung, del Centro Médico Universitario de Hamburg-Eppendorf, ambos en Alemania, revisaron sólo los estudios en los cuales la terapia había sido frecuente, más de una vez por semana, y había durado por lo menos un año o 50 sesiones. Además de los estudios, habían tenido que realizar un seguimiento cercano de los pacientes, utilizando estrictas definiciones de mejoría.

Los investigadores examinaron estudios que rastrearon a pacientes con variedad de problemas mentales, entre ellos, depresión y anorexia nerviosa severas y desórdenes de la personalidad "borderline", que se caracteriza por miedo al abandono y oscuros ataques de desesperación y necesidad.

La terapia psicodinámica, escribió el doctor Leichsenring, en un mensaje por e-mail, "mostró significativos, grandes y estables efectos que incluso se acrecentaron significativamente entre el final del tratamiento y la evaluación del seguimiento".

La revisión no encontró correlación entre la mejoría y la duración del tratamiento. Pero hubo mejorías reales y los psiquiatras dijeron que quedaba claro que los pacientes con graves problemas crónicos emocionales se beneficiaban con la continua, frecuente y cercana atención que brindaba el psicoanálisis.

"Si se define a la personalidad «borderline», en sentido amplio, como la incapacidad para regular las emociones, esto caracteriza a mucha gente que acude a las clínicas, ya sea que su diagnóstico sea depresión, bipolaridad o abuso de drogas", aseguró el doctor Andrew J. Gerber, psiquiatra de Columbia.

Para algunos de esos pacientes, agregó el doctor Gerber, "este estudio sugiere que se debe realizar una terapia a largo plazo para que las mejorías duren".

Algunos psicoanalistas estuvieron más sorprendidos por dónde se publicó el estudio que por sus resultados: la mayoría de las investigaciones que aparecen en importantes publicaciones médicas aportan cientos de estudios o al menos muchos más que 23. Esta nueva revisión, aseguraron, es alentadora, pero también nos recuerda cuánto más estudio sobre el tema hay que realizar.

La doctora Barbara L.Milrod, profesora de psiquiatría del Weill Cornell Medical College, que al igual que el doctor Gerber es profesional clínica de terapia psicodinámica, dijo que era fundamental realizar más investigación para la supervivencia de un tratamiento provechoso.

"Seamos realistas -afirmó la doctora Milrod-. Los principales centros médicos han estado cerrando los programas de estudio de psicodinámica porque no hay una base de evidencia adecuada."

La Nación, Buenos Aires, 17 out. 2008, Salud, online. Disponível em: <http://www.lanacion.com.ar> Acesso em: 17/10/2008.

A utilização deste artigo é exclusiva para fins educacionais