

MANUAL PARA LA APLICACIÓN DE PROGRAMAS DE SOLUCIÓN DE PROBLEMAS EN COMUNIDADES EXPUESTAS A SITUACIONES ADVERSAS – OMS

Aída de Vicente y Silvia Berdullas

La Organización Mundial de la Salud ha publicado una guía en la que proporciona orientaciones para la aplicación de una técnica de intervención psicológica breve, denominada *Problem Management Plus* (PM+), dirigida a comunidades que acaban de hacer frente a una situación de emergencia, crisis o catástrofe.

El programa incluye terapia de resolución de problemas unida a estrategias conductuales selectivas, de tal manera que contempla tanto la mejora de la regulación emocional (estrés, pensamientos disfuncionales, sentimientos de desesperanza, etc.) como, en la medida de lo posible, la mejora en el manejo de los problemas prácticos (conflictos familiares, dificultades para el funcionamiento en la vida diaria, etc.). A este respecto y debido a las características especiales de la población a la que va dirigido, los autores prefieren usar el término “manejo o gestión de problemas” que el de “resolución de problemas”. Tal y como señalan, las personas expuestas a una circunstancia adversa

deben enfrentarse a problemas que están lejos de poder resolver, entre los que se incluyen: situaciones de conflicto bélico, violencia en la comunidad o pobreza crónica, entre otros.

El programa está dirigido a cualquier persona con problemas de estrés, depresión o ansiedad que se encuentra expuesta a una circunstancia adversa independientemente de que cumpla los criterios o no de presentar un trastorno mental.

De aplicación individual, el programa se compone de dos sesiones de evaluación y 5 sesiones de intervención de periodicidad semanal. Debido a su brevedad, el programa está pensado para su aplicación en los casos leves. Las personas que presenten un deterioro severo (trastornos psicóticos, abuso de alcohol o drogas, discapacidad intelectual o demencia) pueden beneficiarse del mismo solo si se aplica dentro un programa de tratamiento más completo. Asimismo, el programa permite a los familiares o amigos cercanos involucrarse en el tratamiento siempre que el cliente así lo desee.

La guía de la OMS describe el protocolo de intervención en detalle, especificando las instrucciones para llevar a cabo cada una de las sesiones e incluyendo las tareas específicas a realizar.

Respecto a su aplicación, los autores enfatizan la necesidad de que sea aplicado sólo por aquellos profesionales que hayan recibido entrenamiento previo en el programa *Problem Management Plus* y que cuenten con supervisión por parte de un experto en salud mental formado en terapia cognitivo-conductual. Los autores especifican el contenido del programa de formación previo necesario para poder aplicar el Programa propuesto, tanto para intervinientes que no son profesionales de la salud mental como para profesionales de salud mental que carecen de experiencia clínica en terapia cognitivo-conductual.

El documento puede descargarse en el siguiente enlace:

http://www.who.int/mental_health/emergencies/problem_management_plus/en/

www.cop.es

La Web de todos los
profesionales de la Psicología