



JUEVES 3 DE NOVIEMBRE DE 2011

The New York Times

EL PAIS 5

SAUD & BIENESTAR

La terapia psicológica a través de Internet tiene riesgos

Por JAN HOFFMAN

Melissa Weinblatt, una profesora de secundaria de 30 años que vive en Oregón, recibía antes tratamiento psicológico convencional, con citas cara a cara en la consulta. Ahora, con su nuevo médico, puede tener una sesión delante del ordenador mientras se toma el café por la mañana o antes de salir por la noche.

Los servicios de videollamada como Skype y las páginas web de subcontratación de servicios, como CaliforniaLive Visit.com, han hecho que las sesiones en Internet estén cada vez más al alcance de los pacientes psiquiátricos. Una página de subcontratación de terapias en Internet, Breakthrough.com, dice que ha contratado a 900 psiquiatras, psicólogos, consejeros y preparadores en solo dos años.

"En tres años, esto despegará como un cohete", vaticina el aboga-

do y psicólogo Eric A. Harris, consultor de la Fundación de Seguros de la Asociación Estadounidense de Psicología. "Todo el mundo tendrá disponibilidad audiovisual en tiempo real. Habrá un grupo de fanáticos que pensará que estar en una habitación con un cliente es especial y que no se puede reproducir eso mediante el contacto a distancia. Pero muchas personas, especialmente los especialistas más jóvenes, sentirán que no hay ninguna base para pensar así. Con todo, habrá que seguir unas normas profesionales adecuadas".

Weinblatt dice que prefiere las sesiones en Internet a las tradicionales, y se ha pasado a las primeras hace poco. "Hay una sensación de comodidad por llevar al médico con una como una manta protectora", dice Weinblatt. "Pero, al estar más accesible, siento como si le necesitase menos".

El tratamiento en Internet termina con un elemento básico de la conexión terapéutica: el contacto visual. El paciente y el terapeuta normalmente se ven las caras en la pantalla del ordenador. Pero en muchos casos, la cámara está colocada encima del monitor, de forma que sus miradas no se encuentran.

Varios estudios han llegado a la conclusión de que la satisfacción del paciente con la interacción cara a cara y la terapia en Internet era similar desde un punto de vista estadístico.

Muchos psicólogos opinan que ciertas situaciones podrían adaptarse bien al tratamiento a través de Internet, entre ellas la agorafobia, la ansiedad, la depresión,



SANDY HUFFAKER PARA THE NEW YORK TIMES

La terapeuta Marlene M. Maheu usa Skype para comunicarse con los pacientes y enseña a sus colegas a trabajar con Internet.

el trastorno obsesivo compulsivo y la terapia comportamental cognitiva.

Pero hay muchas dudas. ¿Cómo debería reembolsar el seguro la terapia a través de Internet? ¿Se graban las sesiones de videoconferencia? ¿Existe protección contra los piratas? ¿Y si los pacientes sufren crisis?

Marlene M. Maheu, fundadora del Instituto de Salud Telemental, que forma a los proveedores, dice: "Es más complejo de lo que la gente imagina. El sitio web de un proveedor puede decir: 'No trataré pacientes que tengan tendencias suicidas'. Pero nuestro trabajo es

valorar a los pacientes, no pedirles que autodiagnostiquen".

Entre los profesionales que han probado la terapia a través de Internet hay desde defensores acérrimos, que predicen las bondades del sistema, hasta otros que, tras unas cuantas sesiones, se han echado atrás.

Elaine Ducharme, psicóloga en Glastonbury, Connecticut, usa Skype con los pacientes de su antigua consulta de Florida, pero se siente desconcertada cuando la cara de un paciente se pixeliza. Ducharme nunca se comunica por videoconferencia con un paciente que no haya conocido en persona.

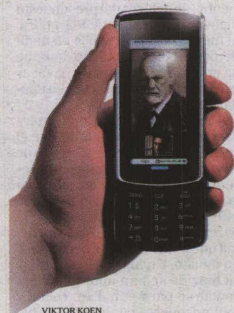
Del diván a las conversaciones virtuales con Skype.

Vuela a Florida cada tres meses para recibir en la consulta a sus pacientes de Skype.

La psicóloga Johanna Heerwitz, de Nueva York, probó Skype para reforzar la terapia cara a cara. "Crea una versión reducida y retorcida de la intimidad", dice. "No desinhibe terapéuticamente a los pacientes para que bajen la guardia y corran riesgos emocionales. He decidido no hacerlo más".

Heath Canfield, psiquiatra en Colorado, usa Skype para continuar con la terapia de algunos pacientes de su antigua consulta de la costa oeste. "No es lo mismo que estar allí, pero es mejor que nada", afirma. "Y no trataría de esta forma a personas con una enfermedad mental grave".

Los riesgos de la videoconferencia con enfermos mentales graves se pusieron de manifiesto para Michael Terry, catedrático clínico en la Universidad de San Diego y especialista en enfermería psiquiátrica, cuando hacía evaluaciones de pacientes que estaban en las islas Aleutianas de Alaska. "Una vez, yo llevaba puesta una chaqueta blanca y la pared que había detrás de mí era blanca", recuerda Terry. "Mi cara se veía muy oscura por el contraste... y el paciente pensó que estaba hablando con el demonio".



VIKTOR KOEN