

XII Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. XXVII Jornadas de Investigación. XVI Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. II Encuentro de Investigación de Terapia Ocupacional. II Encuentro de Musicoterapia. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires, 2020.

# **Uso de la de la telepsicología como abordaje en el contexto de pandemia. Regulación. Consideraciones. Posibilidades para la clínica con orientación sistémica.**

Traverso, Gregorio y Salem Martinez, Tamara.

Cita:

Traverso, Gregorio y Salem Martinez, Tamara (2020). *Uso de la de la telepsicología como abordaje en el contexto de pandemia. Regulación. Consideraciones. Posibilidades para la clínica con orientación sistémica. XII Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. XXVII Jornadas de Investigación. XVI Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. II Encuentro de Investigación de Terapia Ocupacional. II Encuentro de Musicoterapia. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.*

Dirección estable: <https://www.aacademica.org/000-007/674>

ARK: <https://n2t.net/ark:/13683/etdS/Enf>

*Acta Académica es un proyecto académico sin fines de lucro enmarcado en la iniciativa de acceso abierto. Acta Académica fue creado para facilitar a investigadores de todo el mundo el compartir su producción académica. Para crear un perfil gratuitamente o acceder a otros trabajos visite: <https://www.aacademica.org>.*

# USO DE LA DE LA TELEPSICOLOGÍA COMO ABORDAJE EN EL CONTEXTO DE PANDEMIA. REGULACIÓN. CONSIDERACIONES. POSIBILIDADES PARA LA CLÍNICA CON ORIENTACIÓN SISTÉMICA

Traverso, Gregorio; Salem Martinez, Tamara  
Universidad de Buenos Aires. Facultad de Psicología. Buenos Aires, Argentina.

## RESUMEN

El 11 de Marzo de 2020 la Organización Mundial de la Salud declaró el brote de Corona virus como pandemia global. En nuestro país, a partir del decreto 260/2020 del 13 de marzo inaugura el período de Aislamiento Social Preventivo Obligatorio, en el cual las personas deben permanecer en sus domicilios, prohibiendo los contactos cercanos. De este modo los psicólogos clínicos debieron reorganizar su modalidad de atención a la forma virtual, mediante teléfono o vía videollamadas a través de diferentes aplicaciones de tecnología. La Telepsicología es la rama dentro de la Telesalud, y el nombre que recibe la práctica de esta disciplina a través de esta modalidad. La Asociación de Psicología Americana dispone información sobre la regulación de esta práctica, la eficacia, y la formación que deben tener los psicólogos en esta modalidad. Frente a este contexto, este trabajo menciona algunas posibilidades para la clínica con orientación sistémica, y se pregunta por el impacto económico que tendrá esta práctica a lo largo del año 2020.

## Palabras clave

Telepsicología - Regulación - Eficacia - Psicología Clínica - Orientación sistémica

## ABSTRACT

USE OF TELEPSYCHOLOGY AS AN APPROACH IN THE CONTEXT OF PANDEMIC. REGULATION. CONSIDERATIONS. POSSIBILITIES FOR THE CLINIC WITH A SYSTEMIC GUIDANCE

On March 11, 2020 the World Health Organization declared the Corona virus outbreak as a global pandemic. In our country, as of Decree 260/2020 of March 13, the period of Mandatory Preventive Social Isolation begins, in which people must remain at home, prohibiting close contacts. Thus, clinical psychologists had to reorganize their modality of attention to the virtual form, by phone or via video calls through different technology applications. Telepsychology is the branch within Telehealth, and the name that the practice of this discipline receives through this modality. The American Psychological Association has information on the regulation of this practice, its effectiveness, and the training that psychologists must have in this modality. Against

this background, this work mentions some possibilities for the clinic with a systemic orientation, and asks about the economic impact that this practice will have throughout the year 2020.

## Keywords

Telepsychology - Regulation - Efficacy - Clinical Psychology - Systemic orientation

En estos momentos, mientras se redacta este artículo el 17 de junio del corriente, en Argentina se cumplieron 96 días de aislamiento social preventivo obligatorio (PEN, 2020), desde que la OMS (Sevillano, 2020) informara al mundo que declaraba el brote de Coronavirus, SARS CoV-2 o COVID-19, pandemia global. A la fecha, según muestra el sitio de la John Hopkins University (JHU, 2020), institución encargada de monitorear y recabar los datos a nivel mundial de los contagios y decesos producidos por el virus, publica que existen 8.320.288 personas contagiadas, 447.628 decesos y presencia del virus en 188 países; siendo en Argentina 34.159 personas contagiadas y 886 fallecidas.

Esta situación, en lo que a la práctica clínica de la psicología se refiere ha significado cerrar los consultorios de atención psicoterapéutica presencial privada, para pasar a la atención virtual. La Telepsicología según Campbell, Millán & Martin (2018) y para Campbell & Norcross (2018) es la extensión de la práctica de la psicología con dispositivos tecnológicos que van desde el simple teléfono hasta el uso de cámaras web y aplicaciones de tecnología. Está contemplada dentro de la práctica de la llamada Telesalud ("Telehealth", en inglés). Y para la American Psychological Association (2013) es un ámbito que contempla condiciones legales, modelos éticos, telecomunicación y una solicitud de ambiente de adecuado de parte del profesional. Además, tiene un conjunto de normas cuya finalidad es la de auxiliar al terapeuta en la práctica de la atención psicológica a través de herramientas tecnológicas. También según Campbell et al. (2018) este ámbito permite a los clínicos, conducir sesiones de manera remota, suplementar las sesiones presenciales haciendo seguimientos, colectando y almacenando información sobre el paciente ("client" en el original en inglés) y más. Alertan esta práctica iluminando los dilemas a los que se enfrentan los

psicólogos en esta subdisciplina sea la diversidad de encuadres (“settings”) de trabajo en el que se encuentre, incluyendo hospitales, centros de salud comunitaria, práctica privada, psicología industrial/organizacional, forense, académica y militar, entre otras.

### Regulación.

Según la Canadian Psychological Association (2017), se proponen algunas normas comunes para llevar adelante la práctica: en la “Norma 1” se indica la atención responsable, que consiste en: uno, el terapeuta debe mantenerse al tanto de las actualizaciones y las investigaciones sobre la atención vía online, en especial la eficiencia de los procedimientos y aquellos que se pueden utilizar y en qué momento; dos, el terapeuta solo utilizará la vía electrónica si es capaz de realizar las intervenciones de modo presencial. Este punto es muy importante ya que implica dos aspectos superpuestos: que el terapeuta tenga que estar entrenado para realizar intervenciones de manera presencial (y alguna vez las haya llevado a cabo) y que además disponga la posibilidad de realizar algunas entrevistas presenciales en especial aquella que implican los primeros encuentros. Dado el Aislamiento Social Preventivo Obligatorio en nuestro medio, este punto estaría totalmente impedido de verse cumplido actualmente. Tres, se confirmará que el paciente reciba una buena apreciación de lo que necesita antes de establecer una terapia online y si el paciente necesita de intervenciones presenciales se le derivará a otro terapeuta que pueda atenderlo antes de establecer una vía electrónica. Nuevamente, este punto es sensible a la situación de aislamiento. Cuatro, se establecen objetivos para la atención online que cumplan con las exigencias del paciente y las restricciones electrónicas. En este punto se establece una inmediata relación con el concepto de alianza terapéutica (Corbella & Botella, 2011) definido por Bordin en el año 1978 a grandes rasgos como el grado de encaje entre terapeuta y consultante en lo referido a tareas, objetivos terapéuticos y vínculo emocional. Y en quinto lugar para esta norma, el terapeuta antes de empezar la terapia online debe obtener información del paciente que pueda ser utilizado en caso de una emergencia, por ejemplo un teléfono de algún familiar disponible.

En la “Norma 2” postula el respeto por la dignidad de las personas y esto incluye: uno, el terapeuta debe educarse sobre las prácticas seguras de intervenciones a través del contacto electrónico, donde se empleen instrumentos que cuiden la seguridad del paciente; dos, cuando se obtiene el consentimiento informado para establecer la terapia online, el terapeuta incluye información respecto a los peligros (mala conexión de internet), la utilidad, alternativas (atención personalizada) y posibles interrupciones a la privacidad (intercepciones en el contacto); y tres, se informará al paciente sobre las herramientas que se utilizan para proteger la información del paciente y si es necesario alguna aplicación especial.

### Consideraciones.

Es sabido el impacto que ha tenido la rápida propagación del virus COVID-19 en los servicios de salud mental en el mundo, a causa de la escasa capacidad de respuesta frente a una problemática compleja sin precedentes. De igual manera, este impacto ha alcanzado a la población mundial, no sólo por la pérdida de seres queridos, o el miedo a contraer el virus, sino también por los efectos que medidas como el confinamiento y el distanciamiento social poseen en lo que respecta a la salud mental (Inchausti, MacBeth, Hasson-Ohayon & Dimaggio, 2020).

Tales efectos psicosociales directos e indirectos del virus presentan un gran desafío para la investigación, la práctica y la implementación de políticas públicas en el ámbito de la psicoterapia. La Telepsicología ha sido la herramienta por excelencia utilizada por los psicólogos para readaptar el espacio terapéutico y continuar brindando servicio en la situación actual de pandemia. Tal como establecen las reglamentaciones previamente mencionadas, la práctica debe poder garantizar seguridad, confidencialidad, eficacia y eficiencia, al igual que la modalidad de atención presencial. Sin embargo, existen desafíos específicos emergentes como resultado de llevar a cabo la modalidad virtual de atención en el contexto del confinamiento. Inchausti, MacBeth, Hasson-Ohayon & Dimaggio (2020) menciona entre los principales, la familiaridad con la tecnología, tanto por parte del terapeuta como del paciente; la adaptación de las intervenciones; el mantenimiento del encuadre; la precisión diagnóstica, la atención y la intervención sobre la dimensión no verbal de la comunicación, entre otros. A su vez, Campbell & Norcross (2018) agregan que los psicólogos deben evaluar el efecto del lenguaje, la participación familiar, las prácticas culturales y las creencias contextuales que pueden alterarse cuando no están cara a cara (p.3).

De manera similar, los espacios de formación y entrenamiento de terapeutas se vieron afectados. Supervisores y terapeutas debieron readaptar sus prácticas, en algunos casos sin las competencias necesarias para desempeñarlas de manera virtual (Hames, Bell, Perez-Lima, Holm-Denoma ... & E. Hoersting, 2020). La supervisión, especialmente, presenta un desafío a gran escala de manera que las modalidades habituales, como lo es el dispositivo de Cámara Gesell o los espacios grupales no exceden a las medidas de aislamiento social; sin dejar de mencionar los aspectos éticos y legales que están presentes a la hora de poder grabar las sesiones, o contar con la presencia del supervisor en vivo. También, en el artículo, este autor vislumbra la existencia de un riesgo asociado a la proliferación de intervenciones y marcos asociados con un exceso de oferta de asistencia psicológica bien intencionada pero potencialmente no basada en evidencia (p.399). Por este motivo sugiere la importancia de contar con capacitaciones en relación al abordaje psicoterapéutico en contextos de crisis sanitarias, así como también el acceso a espacios de supervisión llevados a cabo por profesionales debidamente calificados, de manera que este

factor no recaiga en la disminución de la eficacia y eficiencia que los psicólogos deben poder proveer en el ejercicio de su profesión. Del mismo modo y en otro orden, destaca similar problemática en lo que respecta a las tele-evaluaciones.

La guía de la American Psychological Association sobre la tele-evaluación psicológica durante la crisis COVID-19 (Wright, A., et al., 2020) resalta la importancia de mantener la fidelidad a la administración de pruebas estandarizadas en la medida de lo posible, o interrumpir dicha práctica con la posibilidad de poder propiciar un espacio de seguimiento durante la pandemia.

En lo que respecta a los honorarios profesionales, Hames, Bell, Perez-Lima, Holm-Denoma ... & E. Hoersting (2020) refiere que una cierta cantidad de terapeutas ha decidido suspender el cobro por los servicios prestados, mientras que otros profesionales continúan facturándolos. Con el desarrollo de la telepsicología y las medidas de aislamiento social, los psicólogos han tenido que modificar a su vez el medio por el cual adquirir el cobro de sus honorarios, ya sea, utilizar las opciones de pago en línea existentes o solicitar el envío de cheques por correo después de cada sesión, entre otras formas.

#### **Eficacia.**

Campbell & Norcross (2018) concluyen en su artículo que “amándola u odiándola, la práctica de la telepsicología se instaló para quedarse en la práctica de la salud mental y la investigación en salud mental” (p. 5).

Los estudios de eficacia que han comparado la práctica de la telepsicología con la práctica presencial (Varker, Brand, Ward, Terhaag & Phelps, 2019) indican que no hay diferencias significativas entre una y otra; y que en este punto, la telepsicología ayudaría a disminuir las barreras del acceso a la atención psicológica, pensada en términos de uso del transporte y disminución en los tiempos de traslado para recibir la atención.

#### **Algunas palabras sobre la clínica con orientación sistémica.**

En lo que a la clínica con orientación sistémica se refiere, los terapeutas entrenados en la realización de primeras entrevistas, intervenciones eficaces, y las habilidades adquiridas para comprender la idiosincrasia del consultante (Wainstein, 2006), más las herramientas provistas por la comprensión de la Teoría de la Comunicación Humana (Watzlawick, Jackson & Beavin, 1967) en el uso de la aceptación de la comunicación, tendrán un posible camino allanado para generar empatía y alianza terapéutica con los consultantes. Habría que ver en cambio y eso se deja a modo de discusión futura, si una intervención como la externalización del síntoma (White, 1991); vigente aún desde 1998 sin modificaciones en su eficacia según el profesor Alan Carr (2019), puede aún mantener su eficacia siendo realizada a la distancia a través de un dispositivo tecnológico.

Por otra parte, Inchausti, MacBeth, Hasson-Ohayon & Dimaggio (2020) señalan que frente al impacto emocional que genera en la población la situación de distancia física por la pandemia,

la normalización como intervención es vital. Normalizar, es la reformulación por excelencia (Nardone & Watzlawick, 1990) y reformular, según los mismos autores, es la intervención sistémica por excelencia. Implica, en palabras del Profesor Martin Wainstein (2006), “la modificación de la visión desarrollada hasta el momento acerca del problema” (p. 91). Inchausti, MacBeth, Hasson-Ohayon & Dimaggio (2020) recalcan que los estados transitorios emocionales como el miedo, la ansiedad y la desregulación conductual, son producto del ajuste a lo que se está dando en llamar “nueva normalidad”. Es por este motivo que se vuelve importante normalizar las reacciones que este contexto genera. Los autores aseguran que cuando el compartir y la auto-revelación son apropiados, el hecho de que los psicoterapeutas compartan similares experiencias puede reducir los sentimientos de vergüenza, estigma de autocrítica o culpa por las propias debilidades de los pacientes. La construcción de significados alternativos (Wainstein, 2006) frente al problema posibilitaría un cambio en la conducta del consultante, promoviendo vías mayormente adaptativas para enfrentar la situación.

#### **Discusión final.**

La pandemia a causa del brote de COVID-19 presenta un desafío en el ámbito de la salud mental. Los distintos artículos recorridos revelan la transición de una modalidad de atención psicoterapéutica presencial en mayor medida, a una virtual de manera masiva, la cual se denomina Telepsicología. La Telepsicología cuenta con una regulación específica y algunos estudios sobre eficacia y eficiencia publicados debido a la cantidad de años que ya llevaba siendo practicada en nuestro medio y en el resto del mundo. Probablemente la resolución de estos desafíos cambien la psicoterapia de manera permanente en el corto, mediano y largo plazo.

A lo largo del presente artículo se mencionó la necesidad de los terapeutas de readaptar sus prácticas y modalidades de supervisión y entrenamiento. También, de acceder a capacitaciones específicas aplicadas a contextos de crisis y adquirir nuevas competencias para poder proveer la eficacia y eficiencia que las intervenciones presenciales basadas en la evidencia otorgan (Hames, Bell, Perez-Lima, Holm-Denoma ... & E. Hoersting, 2020). A su vez, la modalidad virtual, involucra a los terapeutas con nuevos aspectos éticos y legales de la práctica, con el fin de mantener la confidencialidad y la seguridad del espacio terapéutico (Inchausti, MacBeth, Hasson-Ohayon & Dimaggio, 2020).

Estos desafíos crean oportunidades para la innovación. Tal como desarrolla el artículo de los autores Inchausti, MacBeth, Hasson-Ohayon & Dimaggio (2020), a largo plazo, la telepsicología requerirá ser incluida en los procesos de investigación con el fin de proveer evidencia empírica y sistematización de las prácticas. De igual manera, suscitará la incorporación de capacitación en psicología del servicio de salud y en los programas de formación de doctorados (Campbell & Narcross, 2019). En lo

que respecta a las políticas públicas, medidas como ampliación de recursos y la posibilidad de acceso a distintas plataformas tanto para profesionales, como para terapeutas, serán de suma importancia para el desarrollo de la práctica, aún en contextos sin pandemia.

Por último, se dejan estas preguntas para el futuro. Cuando se celebre este Congreso Internacional, ¿cuánto habrá facturado la población de profesionales de la Psicología la República Argentina con la práctica de la Telepsicología? ¿Cuánto presupuestado en transporte y en tiempo de transporte se habrá ahorrado? ¿Cuántas veces se habrán quebrantado las barreras de acceso a la atención psicológica? ¿Cuánto se habrá ahorrado en alquileres de consultorio? ¿Cómo habrán impactado en el self del terapeuta los diversos desafíos con los que los profesionales se han encontrado?

## BIBLIOGRAFÍA

- American Psychological Association (2013). "Guidelines for the practice of telepsychology", *American Psychologist*, 68 (9). 791- 800. <http://dx.doi.org/10.1037/a0035001>
- Boletín Oficial (2020) Decreto PEN 260/2020 - EMERGENCIA SANITARIA DECNU-2020-260-APN-PTE Coronavirus (COVID-19). <https://www.boletinoficial.gob.ar/busquedaAvanzada/all>
- Botella, L., & Corbella, S. (2011). "Alianza terapéutica evaluada por el paciente y mejora sintomática a lo largo del proceso terapéutico", *Boletín de psicología*, 101, 21-33.
- Campbell, L. F., Millán, F. A., & Martin, J. N. (Eds.). (2018). A telepsychology casebook: Using technology ethically and effectively in your professional practice. American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/0000046-000>
- Campbell, L. F., & Norcross, J. C. (2018). Do you see what we see? Psychology's response to technology in mental health. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 25(2), 1-5. <https://doi.org/10.1111/cpsp.12237>
- Canadian Psychological Association. (2017). Ethical guidelines for psychologists providing psychological services via electronic media. Retrieved April, 1, 2009.
- Carr, A. (2019). "Family therapy and systemic interventions for child-focused problems: the current evidence base", *Journal of Family Therapy*, 41(2), 153-213.
- Hames, J. L., Bell, D. J., Perez-Lima, L. M., Holm-Denoma, J. M., Rooney, T., Charles, N. & E. Hoerstring, R. C. (2020). "Navigating uncharted waters: Considerations for training clinics in the rapid transition to telepsychology and telesupervision during COVID-19", *Journal of Psychotherapy Integration*, 30, 348-365. <http://dx.doi.org/10.1037/int0000224>
- Inchausti, F., MacBeth, A., Hasson-Ohayon, I. & Dimaggio, G. (2020). "Telepsychotherapy in the Age of COVID-19: A Commentary". *Journal of Psychotherapy Integration*, 30 (2), 394 - 405. ISSN: 1053-0479. <http://dx.doi.org/10.1037/int000022394>
- Nardone, G. y Watzlawick, P. (1990), *El arte del cambio. Trastornos fóbicos y obsesivos*. Barcelona: Herder.
- John Hopkins University (2020), "Coronavirus Resource Center". Recuperado en: <https://coronavirus.jhu.edu/map.html>
- Sevillano, E. (2020) "La OMS declara el brote de corona virus como pandemia global", *Diario El País*. España: Madrid. Recuperado en: <https://elpais.com/sociedad/2020-03-11/la-oms-declara-el-brote-de-coronavirus-pandemia-global.htm>
- Varker, T., Brand, R. M., Ward, J., Terhaag, S., & Phelps, A. (2019). Efficacy of synchronous telepsychology interventions for people with anxiety, depression, posttraumatic stress disorder, and adjustment disorder: A rapid evidence assessment. *Psychological Services*, 16(4), 621-635. <https://doi.org/10.1037/ser0000239>
- Wainstein, M. (2006). *Intervenciones para el cambio*. Buenos Aires: JCE Ediciones.
- Watzlawick, P., Beavin, J., & Jackson, D. (1967). *Teoría de la comunicación humana*. Barcelona: Herder.
- White, M. Y Epston D. (1991) *Guías para una práctica de la terapia familiar sistémica*. Buenos Aires: Gedisa.
- Wright, A. J., Mihura, J. L., Pade, H., & McCord, D. M. (2020). "Guidance on psychological tele-assessment during the COVID-19 crisis". American Psychological Association Services. <https://www.apa-services.org/practice/reimbursement/health-codes/testing/tele-assessment-covid-19>