

Eye Movement Desensitization and Reprocessing (EMDR) para la depression: revision sistemática

Eye Movement Desensitization and Reprocessing (EMDR) for depression: a systematic review

- ¹ Maribel Jamilet Reátegui Duarte  <https://orcid.org/0000-0003-2324-4086>
Universidad Católica de Cuenca (UCC), Maestría en Psicología Clínica con Mención en Psicoterapia.
maribel.reategui.27@est.ucacue.edu.ec
- ² Lucio Antonio Balarezo Chiriboga  <https://orcid.org/0000-0002-4367-0667>
Sociedad Ecuatoriana de Asesoramiento y Psicoterapia Integrativa (SEAPsI).
lucioalvarez@hotmail.com
- ³ Andrés Alexis Ramírez Coronel  <https://orcid.org/0000-0002-6996-0443>
Universidad Católica de Cuenca (UCC)
andres.ramirez@ucacue.edu.ec

Artículo de Investigación Científica y Tecnológica

Enviado: 07/03/2022

Revisado: 16/04/2022

Aceptado: 18/05/2022

Publicado: 05/07/2022

DOI: <https://doi.org/10.33262/cienciadigital.v6i3.2164>

Cítese: Reátegui Duarte, M. J., Balarezo Chiriboga, L. A., & Ramírez Coronel, A. A. (2022). Eye Movement Desensitization and Reprocessing (EMDR) para la depression: revision sistemática. *Ciencia Digital*, 6(3), 23-41. <https://doi.org/10.33262/cienciadigital.v6i3.2164>



Ciencia Digital
Editorial

CIENCIA DIGITAL, es una revista multidisciplinaria, **trimestral**, que se publicará en soporte electrónico tiene como **misión** contribuir a la formación de profesionales competentes con visión humanística y crítica que sean capaces de exponer sus resultados investigativos y científicos en la misma medida que se promueva mediante su intervención cambios positivos en la sociedad. <https://cienciadigital.org>

La revista es editada por la Editorial Ciencia Digital (Editorial de prestigio registrada en la Cámara Ecuatoriana de Libro con No de Afiliación 663) www.celibro.org.ec



Esta revista está protegida bajo una licencia Creative Commons Attribution Non Commercial No Derivatives 4.0 International. Copia de la licencia: <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>.

Palabras claves:
desensibilización
y reprocesamiento
por movimientos
oculares,
trastornos
depresivos,
revisión
sistemática.

Keywords:

desensitization and
reprocessing by
eye movements,
depressive
disorders,
systematic review.

Resumen

La terapia de Desensibilización y Reprocesamiento por Movimientos Oculares (siglas en *EMDR*) es una técnica psicoterapéutica que se basa en los movimientos oculares, y la estimulación bilateral, -táctil y auditiva- de utilidad para el procesamiento adecuado de los recuerdos traumáticos, relativamente nueva en el tratamiento de los Trastornos Depresivos. **Objetivo general:** Este estudio mediante una revisión sistemática contrastó los resultados de investigaciones empíricas centradas en la terapia de Desensibilización y Reprocesamiento por Movimientos Oculares y su incidencia en trastornos depresivos. **Método:** En cuanto al diseño metodológico podemos decir que en esta investigación se realizó de enfoque cualitativo, se utilizó el diseño no experimental transversal de tipo descriptivo, para la identificación y selección de estudios se buscó que sean empíricos y prospectivos mediante la utilización de las bases de datos *Mendeley*, *Web of Science* y *Scopus*, la búsqueda se ejecutó en inglés y español en el periodo 2021- 2022 con los siguientes términos y conectores: “*EMDR*” o “*Eye Movement Desensitization Reprocessing*” y “*Depression*” o “*depressive*”. Además, se utilizaron conectores Booleanos como “*AND*” y “*OR*”, y fue una revisión de hace 10 años. **Resultados:** Los hallazgos principales respondieron a 12 artículos evidenciando que la aplicación de la terapia Desensibilización y Reprocesamiento por Movimientos Oculares reduce efectivamente la sintomatología en pacientes depresivos. **Conclusión:** La tendencia actual en la aplicación de esta terapia nos permite evidenciar su eficacia empírica, mostrándose como un tratamiento efectivo para la mejora en salud mental en pacientes depresivos.

Abstract

Eye Movement Desensitization and Reprocessing Therapy (*EMDR*) is a psychotherapeutic technique based on eye movements, and bilateral stimulation, -tactile and auditory- useful for the adequate processing of traumatic memories, new in the treatment of Depressive Disorders. **General objective:** This study utilizing a systematic review contrasted the results of empirical research focused on Eye Movement Desensitization and Reprocessing therapy and its incidence in depressive

disorders. **Method:** Regarding the methodological design, we can say that this research had a qualitative approach, a descriptive non-experimental cross-sectional design was used, for the identification and selection of studies it was sought that they were empirical and prospective by using the databases Mendeley, Web of Science and Scopus, the search was performed in English and Spanish in the period 2021- 2022 with the following terms and connectors: "EMDR" or "Eye Movement Desensitization Reprocessing" and "Depression" or "depressive". In addition, Boolean connectors such as "AND" and "OR" were used, and it was a 10-year review. **Results:** The main findings responded to twelve articles showing that the application of Desensitization and Eye Movement Reprocessing therapy effectively reduce symptomatology in depressive patients. **Conclusion:** The current trend in the application of this therapy allows us to demonstrate its empirical efficacy, showing itself as an effective treatment for the improvement of mental health in depressive patients.

Introducción

Los Trastornos Depresivos (TD) se han posicionado como las patologías más prevalentes en el ámbito de la salud mental, siendo considerada como una de las enfermedades más incapacitantes debido a su cronicidad y al grado de malestar que conlleva. A esto se suma la posibilidad de comorbilidad con otras patologías mentales como la ansiedad y el consumo de sustancias constituyendo procesos patológicos más complejos (Asociación Americana de Psiquiatría [APA], 2014; Kessler, 2012). Se debe considerar que el entendimiento etiológico de los TD permite identificar tantas causas endógenas de orden biológico, cómo exógenas asociadas a factores externos generalmente bien definidos (Calderón, 2018).

En cuanto al tratamiento para la depresión, está disponible una amplia variedad de tratamientos con variados niveles de efectividad, principalmente al tomar en cuenta tasas de recaída y abandono de tratamiento (Aneiros et al., 2012). La farmacoterapia y la psicoterapia se posicionan como tratamientos eficaces, especialmente cuando se usan de forma combinada (Reyes-Trelles et al., 2020). Entre los modelos de psicoterapia, la Terapia Cognitiva Conductual, la Terapia Interpersonal y la Terapia de Activación Conductual cuentan con estudios que demuestran su eficacia (Carrasco, 2017).

En este contexto, en los últimos años la Desensibilización y Reprocesamiento por Movimientos Oculares (*EMDR*) se ha posicionado como una nueva modalidad de tratamiento para la depresión, evidenciada en que cada vez existe un mayor número de profesionales interesados en formarse en sus bases teóricas y conocer el proceso de aplicación (Novo et al., 2018). A pesar de esto, su ejecución continúa siendo controvertida y en algunos contextos desconocida. Por tanto, resulta pertinente conocer el avance que ha tenido el uso de este programa en el panorama actual (Novo et al., 2018).

Históricamente, La *EMDR* es considerada de primera elección para el Trastorno de Estrés Postraumático y está basada en el modelo de procesamiento adaptativo de la información (Shapiro & Solomon, 2015). Donde se propone que los recuerdos disfuncionales poseen una influencia subyacente en diversos trastornos psiquiátricos, entre ellos los trastornos del estado de ánimo y TD. Tanto estímulos internos como externos pueden desencadenar sintomatología (Hase et al., 2018). La terapia *EMDR* busca redirigir estos recuerdos por medio de estimulación, transformándolos e integrándolos a otros vínculos semánticos (Carletto et al., 2021).

Durante las últimas décadas la aplicación de la *EMDR* ha reportado niveles satisfactorios de efectividad en ensayos controlados aleatorizados (Malandrone et al., 2019), principalmente en poblaciones con riesgo asociado a Trastornos de Estrés Postraumático, aunque con diversos rangos y características poblacionales (Bayhan et al., 2022; Lortye et al., 2021). Particularmente, para sintomatología depresiva se han puesto en evidencia consistentes niveles de validez y efectividad (Novo et al., 2018).

Resaltando algunos ejemplos, Van der Kolk et al. (2007,) reportaron pacientes intervenidos con *EMDR* seguían mostrando mejoría luego de 6 meses de finalizado el tratamiento en comparación con un grupo que recibió tratamiento farmacológico. En otro caso, al comparar TCC y *EMDR*, se evidenció que quienes recibieron esta segunda percibían recuerdos perturbadores como menos claros en su experiencia, además de mostrar un afecto más distante frente a esa (Cotter et al., 2017). En otra investigación realizada por Bae et al. (2008), se aplicó la terapia *EMDR* a dos adolescentes con síntomas depresivos, se mantuvieron estables hasta 3 meses después, y necesitaron en promedio 5 sesiones para evidenciar cambios notables en su sintomatología.

Se ha reportado al *EMDR* como más efectivo que el no recibir tratamiento o estar en una lista de espera (Mauna, 2016), y de forma combinada con el tratamiento usual y la TCC, potencia la calidad de resultados a comparación de estas intervenciones por si solas (Behnammoghadam et al., 2015; Hase et al., 2018). Vale la pena rescatar que estos resultados representan un nivel preliminar de evidencia y que las formas de aplicación son heterogéneas especialmente en modelos de aplicación combinados (Malandrone et al., 2019).

En ese sentido, se definió la necesidad de identificar múltiples estudios experimentales y cuasi experimentales que respalden criterios de cientificidad de la *EMDR*, parámetros necesarios para garantizar estándares adecuados en tanto a la concepción teórica como la aplicación práctica de esta herramienta terapéutica (Cedillo et al. 2021).

Con base en lo expuesto, el objetivo principal del estudio es contrastar los resultados de investigaciones empíricas centradas en *EMDR* y su aplicación en los TD, evaluando los resultados reportados para establecer avances obtenidos, tendencias actuales, así como, limitaciones persistentes en el campo. Al sintetizar, tanto los reportes de investigación como las implicaciones clínicas de los mismos, se busca responder a la hipótesis sostenida por los propulsores de esta práctica, quienes indican que la aplicación de *EMDR* reduce efectivamente la sintomatología en pacientes depresivos.

Metodología

El presente reporte de investigación responde a una revisión sistemática de la literatura, con un carácter transversal de nivel descriptivo, que se centró en definir los avances de literatura en un nivel operacional de la terapia *EMDR*. Para esto, se siguieron las directrices de la Presentación Referida de Informas de revisión sistemática (Moher et al., 2010) para garantizar la calidad de la información a recopilar y sintetizar, principalmente al explorar artículos originales que reportan resultados de estudios primarios (Urrútia & Bonfill, 2013).

A continuación, para la identificación y selección de estudios se requirió la utilización de las bases de datos *Mendeley*, *Web of Science* y *Scopus*, consideradas por la calidad y relevancia de las revistas que las componen. En consecuencia y dado que el principal idioma en estas bases de datos es el inglés la búsqueda se ejecutó con los siguientes términos y conectores: “*EMDR*” o “*Eye Movement Desensitization Reprocessing*” y “*Depression*” o “*depressive*”. Además, se utilizaron conectores Booleanos como “*AND*” y “*OR*”.

La búsqueda se delimito temporalmente entre 2012 y 2022, a partir de la búsqueda inicial se revisó cada artículo de acuerdo con su título y resumen, fueron seleccionados aquellos que describían adecuadamente las variables *EMDR* y *TD* al tiempo que se descartaron aquellos que no delimitaban una metodología adecuada o respondían a otro tipo de reportes. La búsqueda fue realizada entre el 29 de enero y el 4 de febrero del 2022. La estrategia de investigación (palabras clave y secuencia de búsqueda) para cada base de datos fue:

- *Mendeley* (13 artículos): (“*EMDR*” *AND* “*DEPRESSION*” *OR*” *eye movement desensitization reprocessing* “*AND* “*DEPRESSIVE*”) *Year of publication: (From 2012–2022)*.

• *Scopus (15 artículos): search= ["EMDR" AND "DEPRESSION" OR " Eye Movement Desensitization Reprocessing " AND "DEPRESSIVE"]. The next filters were defined: (a) Type of publication: [Peer Reviewed Journal]; and (b) Year of publication: [2012-2022].*

• *Web of Science (9 artículos): "EMDR" o "Eye Movement Desensitization Reprocessing" y " Depression" o "depressive" (All Fields) Articles (Document Types) Year of publication: [2012-2022].*

Tabla 1

Registro de búsquedas realizadas

Base de datos	Primer Registro	Filtro temporal*	Revisión inicial**
<i>Mendeley</i>	519	357	13
<i>Scopus</i>	279	228	15
<i>Web of Science</i>	223	185	9
Sumatoria	1021	770	37
Repetidos			-10
Eliminados por criterios			-15
Selección final tras lectura completa			12

Nota: Elaboración propia. * 10 años ** implica uso de filtros especiales, lectura de título y resumen.

Como criterios de inclusión se consideraron: a) estudios que examinen tratamientos con *EMDR*; b) Que aborden trastornos o síntomas depresivos como objetivo de intervención; c) que se basaran en ensayos clínicos con metodología reportada; d) que se publicaran en inglés/español; e) que se publicaran en revistas revisadas por pares entre 2012 y 2022; f) que utilicen herramientas de medición objetiva de los signos o síntomas de depresión. Así mismo como criterios de exclusión se descartan: a) reportes de investigación cualitativa, como revisiones bibliográficas, estudios de caso o cartas al editor y cuantitativas; b) que no reporten metodología; c) cuando no es posible recuperar el texto completo del artículo; d) investigaciones incompletas o reportes de fases iniciales.

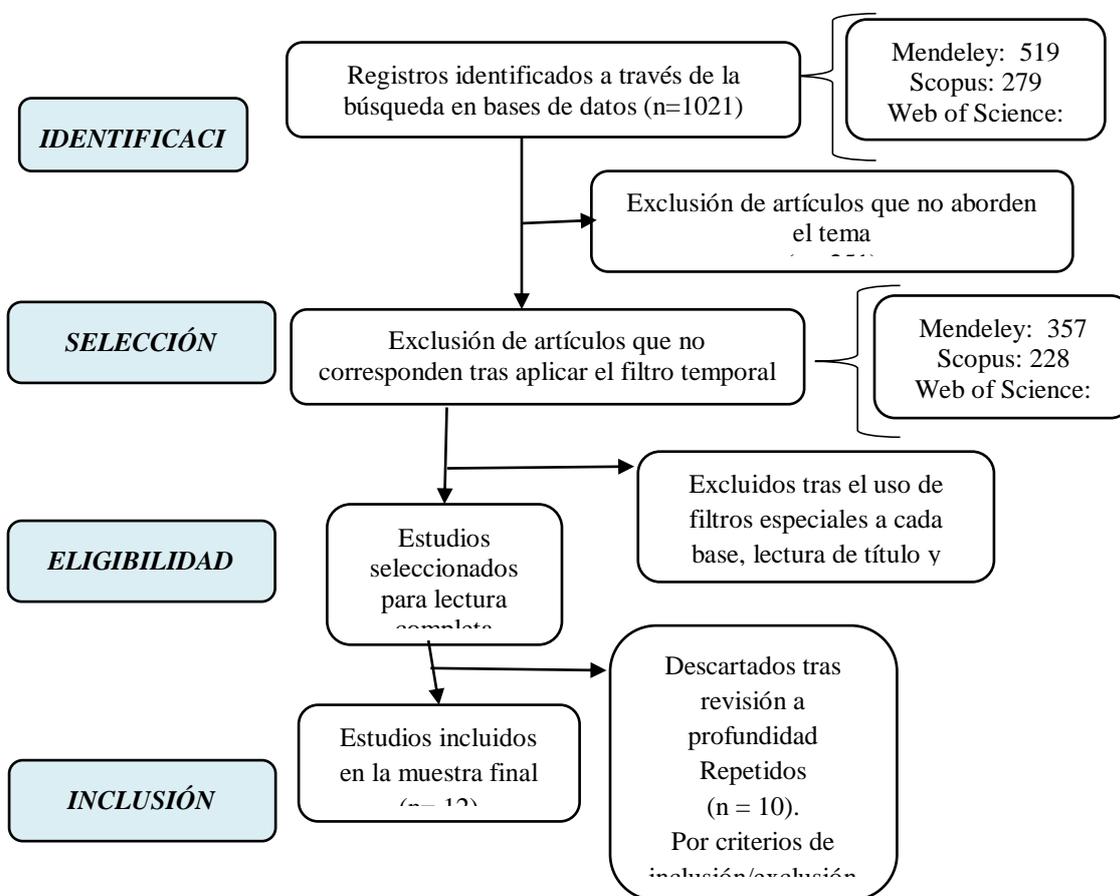
Para evaluar la calidad de los estudios se emplearon las directrices de las Normas Consolidadas para la Comunicación de Ensayos (*CONSORT-2010*). Específica para ensayos clínicos controlados aleatorios que consta de 25 ítems que evalúan diversos aspectos de cada reporte. Posteriormente para el procesamiento de los datos, la extracción de información se realizó a través de una lectura a profundidad y un reporte de fichas, que posteriormente se integró en una matriz en la cual se sintetizan los datos. El producto de

este proceso de síntesis se reporta en el subsecuente apartado de resultados, mismo que se estructuró en apartados temáticos.

Se realizaron búsquedas en las bases de datos *Mendeley*, *Scopus* y *Web of Science*, se utilizó una combinación de términos y conectores: “EMDR” o “Eye Movement Desensitization Reprocessing” y “Depression” o “depressive”. Además, se utilizaron conectores Booleanos como “AND” y “OR”, para que los estudios se incluyeran en esta revisión, debían ser artículos publicados en revistas dentro de los últimos 10 años, tener el área temática de “psicología” y “psicología clínica”, estar escritos en inglés o español. La búsqueda inicial arrojó 1021 documentos, de los cuales 12 incluían datos pertinentes y se incluyeron en la investigación. El proceso de selección se ilustra en la figura.

Figura 1

Diagrama de flujo



Resultados
Tabla 2
Características generales de los artículos revisados

Revista/Cuarteril (Mendeley) **(WBS) *** (Scopus)	Autor (cita)	Año	Título	País	Muestra de estudio	Media de Edad (Desviación Estándar)	Medición Depresión	resultado pre-intervención	resultado post-intervención	numero de sesiones
Psychiatry Research*	Baptist et al.	2021	Clinical efficacy of EMDR in unipolar depression: Changes in theta accordance	Estados Unidos	10 tratamiento completo	42.31 (15.3)	Patient Health Questionnaire-9; DASS-21 stress subscale	T1: M = 13.9 ± 3.31	T11: M = 6.30 ± 3.23	11
Global Journal of Health Science*	Behnammoghadam et al.	2015	Effect of Eye Movement Desensitization and Reprocessing (EMDR) on Depression in Patients with Myocardial Infarction (MI)	Irán	60 ensayo clínico aleatorio	50.97 ± 8.25	Beck Depression Questionnaire (pre-and post-test)	Los niveles medios de depresión en el grupo experimental fueron de 27,26 ± 6,41 y 11,76 ± 3,71 antes y después de la intervención, por lo que mostraron una diferencia estadísticamente significativa (P<0,001).	Los niveles medios de depresión en el grupo de control fueron de 24,53 ± 5,81 y 31,66 ± 6,09 antes y después de la intervención, por lo que mostraron una diferencia estadísticamente significativa (P<0,001).	8
Brain and Behavior*	Hase et al.	2015	Eye movement desensitization and reprocessing (EMDR) therapy in the treatment of depression: a matched pair study in an inpatient setting	Alemania	32 internos por episodios depresivos	46.41 (SD = 9.06)	SCL-90-R depression scale. Beck Depression Inventory (BDI).	Un contraste simple mostró que la disminución de la puntuación del GSI era significativamente mayor en el grupo de estudio que en el grupo de control (estimación del contraste = 0,490, P = 0,015, d = 1,18). Lo mismo ocurrió con el cambio en la puntuación de la subescala de depresión del SCL-90 R (estimación de contraste = 7,709, P = 0,047, d = 1,02), como puede verse en la Fig. 2. La potencia observada fue del 58,3%.	Se calcularon las correlaciones de Pearson entre el número total de sesiones de terapia recibidas y los cambios en las puntuaciones de la subescala de depresión del GSI y del SCL-90 R. El número de sesiones de terapia se correlacionó significativamente con el cambio en la puntuación de la subescala de depresión del SCL-90 R (r = 0,401, P = 0,023) y con el cambio en la puntuación del GSI (r = 0,379, P = 0,033)	NR

Tabla 2
Características generales de los artículos revisados (continuación)

Revista/Cuarteril *(Mendeley) **(WBS) *** (Scopus)	Autor (cita)	Año	Título	País	Muestra de estudio	Medida de Edad (Desviación Estándar)	Medición Depresión	resultado pre-intervención	resultado post intervención	numero de sesiones
Frontiers in Psychology *	Hase et al.	2018	Eye Movement Desensitization and Reprocessing versus Treatment as Usual in the Treatment of Depression: A Randomized -Controlled Trial Eye Movement Desensitization and Reprocessing versus Treatment as Usual in the Treatment of Depression: A Randomized -Controlled Trial Eye Movement Desensitization and Reprocessing versus Treatment as Usual in the Treatment of Depression: A Randomized -Controlled Trial Eye movement desensitization and reprocessing versus treatment as usual in the treatment of depression: A randomized controlled trial	Alemania	30 internos por depresión moderada a severa	CONT 39.23 (10.02) EXP 40.32 (9.25)	SCL-90-R depression scale. Beck Depression Inventory (BDI).	Se examinó un efecto significativo del grupo de tratamiento (F (1, 328 21) = 6.30, p < 0,05, $\eta^2 = 0,23$) mediante un contraste simple, que mostró que el 329 grupo EMDR+TAU obtuvo una puntuación significativamente menor que el grupo TAU en las puntuaciones ajustadas del BDI-II al final del tratamiento 330 (valor del contraste = 74,97, p = 0,02, $\eta^2 = 0,23$)	Además, se encontró una interacción significativa entre el grupo de tratamiento y la edad del paciente (F (1, 21) = 6,40, p < 0,05, $\eta^2 = 0,23$). Esta interacción puede interpretarse como la diferencia entre EMDR+TAU y TAU 335 en cuanto a la magnitud de la asociación entre la edad y las puntuaciones del BDI-II al final del tratamiento	NR

Tabla 2
Características generales de los artículos revisados (continuación)

Revista/Cuarteril *(Mendeley) **(WBS) *** (Scopus)	Autor (cita)	Año	Título	País	Muestra de estudio	Media de Edad (Desviación Estándar)	Medición Depresión	resultado pre-intervención	resultado post intervención	numero de sesiones
Journal of EMDR Practice and Research*	Gauhar et al.	2016	The Efficacy of EMDR in the Treatment of Depression	Pakistán	26 diagnosticados con depresión	s 29.4 years	Beck Depression Inventory (BDI).	EXP 24,9 (4.84) Cont. 30.29 (9.25)	EXP 3.60 (4.45) CONT 24.43 (12.38)	NR
Psychiatry Research**	Minelli et al.	2019	Clinical efficacy of trauma-focused psychotherapies in treatment-resistant depression (TRD) in-patients: A randomized, controlled pilot-study	Italia	27 diagnosticados depresión resistente a tratamiento	control 53.3 (6.5) experimental 52.3 (10.7)	Beck depression Inventory - Montgomery-Åsberg Depression Rating Scale (MADRS)	puntuación general Beck antes tratamiento: T0 = 34,50 ± 10,60	EXP con EMDR (t12: 13,42 ± 12,13) control con tcc (T12: 26,60 ± 17,30)	12
European Journal of Psychotraumatology**	Paauw et al.	2019	Effectiveness of trauma-focused treatment for adolescents with major depressive disorder	Holanda	a 32 adolescentes (de 12 a 18 años) con tx depresivo mayor	15,8 (1.50)	Programa de entrevista de trastornos de ansiedad para el DSM-IV versión infantil (ADIS-C) La versión holandesa del Inventario de Depresión Infantil (CDi)	antes tratamiento: T0 = 34,50 ± 10,61	EXP con emdr (t12: 13,42 ± 12,13) control con tcc (T12: 26,60 ± 17,30)	6 semanales
Frontiers in Psychology**	Ostacoli et al.	2018	Comparison of Eye Movement Desensitization and Reprocessing and Cognitive Behavioral Therapy as Adjunctive Treatments for Recurrent Depression: The European Depression EMDR Network (EDEN) Randomized Controlled Trial	Italia y España	80 grupo exp 49 y control con tcc 40	EXP 48,23 (9.66) cont. 47,54 (12,90)	Beck depression inventory two	EXP 23.23(10.77) cont. 27,94 (13.69)	exp 13.55 (10.47) cont. 19.03 (12.80)	entre 12 y 18

Tabla 2
Características generales de los artículos revisados (continuación)

Revista/Cuarteril *(Mendeley) **(WBS) *** (Scopus)	Autor (cita)	Año	Título	País	Muestra de estudio	Medio de Edad (Desviación Estándar)	Medición Depresión	resultado pre-intervención	resultado post intervención	numero de sesiones
Frontiers in Psychology**	Boyraz et al.	2021	A Treatment-Response Comparison Study of Resting-State Functional Magnetic Resonance Imaging Between Standard Treatment of SSRI and Standard Treatment of SSRI Plus Non-dominant Hand-Writing Task in Patients with Major Depressive Disorder	Turquía	26 pacientes femeninas	NR	Beck depression inventory three	beck promedio: 27.58	Beck promedio: 12.70	8 semanas
perspectives on psychiatry**	Rahimi et al.	2019	The effect of the eye movement desensitization and reprocessing intervention on anxiety and depression among patients undergoing hemodialysis: A randomized controlled trial	Irán	90 pacientes de hemodiálisis con depresión y ansiedad	51.52 ± 11.134	HADS escala para la ansiedad y depresión hospitalaria	exp 10.78 cont 11.73	exp 6.27 cont 11.33	6 sesiones 3 veces a la semana
Trauma Monthly***	Hatefi et al.	2019	The Effect of Eye Movement Desensitization and Reprocessing on Depression and Anxiety in Patients with Spinal Cord Injuries	Irán	75 38 exp y 37 control	exp 44.66 cont 49,17	Beck Depression Inventory	media 45.36 (9.81)	media 40.54 (4.25)	2 sesiones
Psychology and psychotherapy: Theory, Research, and Practice***	Wood et al.	2018	EMDR as a treatment for long-term depression: A feasibility study	Reino Unido	13 participantes con depresión por 2 años o mas		Beck depression Inventory y Escala de depresión de Hamilton	se analiza caso por caso	NR	2 semanales hasta 20 sesiones

En los 12 artículos seleccionados fueron estudios prospectivos con medida pre y post intervención en cuanto al *EMDR*, teniendo características similares una correlación de resultados en los diferentes aportes empíricos demostrando una reducción significativa en los trastornos depresivos.

Discusión

En el presente estudio, se lleva a cabo el análisis bibliográfico de 12 artículos de carácter científico seleccionados. Se evidencia como resultado en la aplicación del *EMDR* en pacientes depresivos una mejora significativa de los síntomas.

En consecuencia, la Universidad de Brescia, Italia (Minelli et al., 2019), demostró la eficacia clínica de las psicoterapias centradas en el trauma en pacientes hospitalizados con depresión resistente al tratamiento donde se llevó a cabo un ensayo controlado aleatorio simple ciego con *EMDR*, mostrando una mejoría en los síntomas depresivos, esto sugiere que la terapia en mención muestra intervenciones efectivas para los mencionados requirentes, en correlación a los resultados obtenidos en un ensayo controlado aleatorio de la Red Europea de Depresión, se evidencia la eficacia del *EMDR* en combinación con la medicación antidepresiva (Ostacoli et al., 2018).

Referentemente en la Universidad de Ámsterdam, Países bajos (Paauw et al., 2019), en este marco se analizó la eficacia del Tratamiento Centrado en el Trauma para adolescentes con Trastorno Depresivo Mayor, reclutando a 32 adolescentes entre 12 a 18 años de la unidad ambulatoria de salud mental para jóvenes, el tratamiento consistió en 6 sesiones de 60 min, donde se realizó un seguimiento pre tratamiento y post tratamiento a los 3 meses dando como resultado con el análisis multinivel una reducción significativa en los síntomas depresivos.

En el continente americano contamos con el aporte científico de la Universidad Estatal de Kansas, EE. UU. (Baptist et al., 2021), demuestra que las puntuaciones de depresión se reducen desde la terapia 1 hasta la terapia 11, cabe decir que los resultados sugieren una disminución en las puntuaciones de depresión antes y después del tratamiento con *EMDR*, esto evidencio a través de neuroimágenes realizadas en el lóbulo frontal mediante la frecuencia Theta Cordancia. Así mismo en años anteriores en Reino Unido se comprobó la viabilidad del *EMDR* como tratamiento de la depresión a largo plazo mostrándose como un tratamiento factible para depresión recurrente (Wood et al., 2018).

Esta modalidad terapéutica ha sido favorable en diferentes contextos, realidades sociales y culturales, evidenciando efectos positivos significativos. Según Hase et al. (2015), en entornos hospitalarios se ha logrado con la adición de sesiones aplicadas al *EMDR*, diferencias significativas en la disminución de los síntomas depresivos. Posteriormente el mismo autor realiza ensayos controlados aleatorios mediante el estudio EDEN a dos

grupos, uno aplicando el Tratamiento Habitual (*TAU*), mientras que al otro grupo aplicó el *EMDR* sumado al *TAU* obteniendo similitud en los hallazgos anteriores, confirmando que el método del *EMDR* puede proporcionar un beneficio adicional en el tratamiento de la depresión (Hase et al., 2018).

Esto se puede constatar con el estudio realizado en la Universidad de Bezmialem VAKIF en Turquía (Boyras et al., 2021), este estudio tuvo una población de 26 mujeres con características sociodemográficas similares con sintomatología de depresión mayor, las cuales fueron divididas en dos subgrupos de forma aleatoria de 13 participantes cada uno teniendo como objetivo comparar la respuesta del tratamiento. Las pruebas neuropsiquiátricas posterior al tratamiento dieron resultados significativos diferentes en ambos grupos, evidenciando de manera objetiva la contribución positiva de la técnica *EMDR* en el tratamiento de la depresión en el grupo seleccionado, aunque ambos grupos mantuvieron un tratamiento médico estándar.

Siguiendo la misma línea Hatefi et al. (2019) mediante varios ensayos controlados cuasi experimentales en 2015, 2018 y 2019, con una población de pacientes con infarto de miocardio, pacientes con tratamientos de hemodiálisis y pacientes con lesiones en la médula espinal, realizaron sesiones individuales con el grupo de control aplicando el método *EMDR* y obteniendo posterior a la intervención una reducción en la sintomatología de la ansiedad y la depresión, de manera opuesta a los pacientes que no recibieron tratamiento con *EMDR*, Consecuentemente se reafirma con el estudio sobre el efecto de la intervención de reprocesamiento y desensibilización por movimientos oculares sobre la ansiedad y depresión sometidos a pacientes con hemodiálisis en un ensayo controlado aleatorio donde los niveles de ansiedad y depresión se redujeron significativamente en el grupo de intervención con los niveles previos a la intervención y con el grupo de control (Rahimi et al., 2019; Behnammoghadam et al., 2015).

Para concluir este análisis bibliográfico según Gauhar (2016), se encontró que el *EMDR* es un tratamiento eficaz para los síntomas depresivos, traumáticos promoviendo una mejor calidad de vida, en tal sentido esto permite demostrar que los resultados obtenidos en los diferentes estudios científicos responden convergentemente, que esta técnica evidencia resultados empíricos positivos reduciendo significativamente la sintomatología depresiva, aunque es conveniente enfatizar que en Latinoamérica hay mucho camino que recorrer en estas aristas, por la escasez de aportes empíricos.

Conclusión

- En consecuencia al análisis de los 12 artículos seleccionados, se evidencia la viabilidad en la aplicabilidad de la terapia *EMDR* como terapia complementaria al tratamiento habitual, sin duda existe una correlación de resultados concurrentemente positivos frente a pacientes con depresión, esta terapia se

muestra como un tratamiento eficaz, no obstante, no es menos cierto que se necesita mayores aportaciones metodológicas en Latinoamérica, puesto que en particular en este continente es limitado el abordaje en la temática, y como futuras líneas de investigación sería importante investigar con esta terapia en diversas poblaciones como niños y adultos mayores.

- Este análisis sistemático demuestra que el *EMDR* ha sido relevante en los últimos años puesto que, en la búsqueda del ser humano en reducir el sufrimiento emocional, se muestra como un tratamiento viable para la reducción de síntomas depresivos y mejorar calidad de vida de pacientes, sin duda la tendencia actual en la aplicación de esta terapia nos permite evidenciar la eficacia empírica, mostrándose como un tratamiento efectivo para la mejora en salud mental en pacientes depresivos, con la finalidad de que más profesionales en la salud mental puedan conocer formarse en esta modalidad para brindar una alternativa quizá más efectiva frente a las terapias convencionales.

Conflicto de interés

Los autores indican no tener conflictos de intereses.

Agradecimiento

Este artículo fue desarrollado gracias al apoyo que brindo la Universidad Católica de Cuenca Unidad Académica de Posgrados, gracias a las tutorías del Dr. Andrés Ramírez Coronel y aportes significativos del Dr. Lucio Balarezo Chiriboga. Contribuyó al proyecto Impacto Psicológico de la Cuarentena por COVID19 durante el período marzo y agosto de 2020 en población adulta ecuatoriana (de 18 a 65 años) mediante soporte digital y del programa “Smart Univercity 2.0”.

Referencias Bibliográficas

Aneiros, L., González, A., Laredo, M., Mosquera, D., Taboada, J., Varela, M. (2012). EMDR en el tratamiento de la depresión. *Psicologia.com*, 16:22.

<http://hdl.handle.net/10401/5515>

Asociación Americana de Psiquiatría [APA]. (2014). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders: DSM-5*. American Psychiatric Publishing.

- Bae, H., Kim, D., & Park, Y. C. (2008). Eye movement desensitization and reprocessing for adolescent depression. *Psychiatry Investigation*, 5(1), 60–65. <https://doi.org/10.4306/pi.2008.5.1.60>
- Baptist, J., Thompson, D. E., Spencer, C., Mowla, M. R., Love, H. A., & Su, Y. (2021). Clinical efficacy of EMDR in unipolar depression: Changes in theta accordance. *Psychiatry Research*, 296. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113696>
- Bayhan, B. B., Tarquinio, C., Rydberg, J., & Korkmazlar, Ü. (2022). The study of the group intervention containing EMDR therapy for children and mothers in the field of trauma after a mine explosion in Turkey. *European Journal of Trauma & Dissociation*, 6(1), 7. <https://doi.org/10.1016/j.ejtd.2021.100248>
- Behnamoghdam, M., Alamdari, A. K. Aram, Behnamoghdam, A., & Darban, F. (2015). Effect of Eye Movement Desensitization and Reprocessing (EMDR) on Depression in Patients with Myocardial Infarction (MI). *Global Journal of Health Science*, 7(6), 258–262. <https://doi.org/10.5539/gjhs.v7n6p258>
- Boyras, R. K., Kirpinar, I., Yilmaz, O., Özyurt, O., Kiliçarslan, T., & Aralasmak, A. (2021). A treatment-response comparison study of resting-state functional magnetic resonance imaging between standard treatment of SSRI and standard treatment of SSRI plus non-dominant hand-writing task in patients with major depressive disorder. *Frontiers in Psychiatry*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2021.698954>
- Calderón, D. (2018). Epidemiología de la depresión en el adulto mayor. *Revista Médica Herediana*, 29(3), 182-191. <https://doi.org/10.20453/rmh.v29i3.3408>
- Carletto, S., Malandrone, F., Berchialla, P., Oliva, F., Colombi, N., Hase, M., Hofmann, A., & Ostacoli, L. (2021). Eye movement desensitization and reprocessing for depression: a systematic review and meta-analysis. *European journal of psychotraumatology*, 12(1), 1894736. <https://doi.org/10.1080/20008198.2021.1894736>
- Carrasco, A. (2017). Modelos psicoterapéuticos para la depresión: hacia un enfoque integrado. *Interamerican Journal of Psychology*, 51(2), 181-189. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=28454546004>
- Cedillo, M., Viñanzaca, J., Espinosa, M. J., Gómez, R., Mena, C., Galarza, E., Martínez-Suárez, P., & Ramirez, A. (2021). Eye Movement Desensitization and

- Reprocessing desde la Propuesta de Valoración de Mario Bunge. *INVESTIGATIO*, (16), 22–41. <https://doi.org/10.31095/investigatio.2021.16.3>
- Cotter, P., Meysner, L., & Lee, C. W. (2017). Participant experiences of Eye Movement Desensitization and Reprocessing vs. Cognitive Behavioral Therapy for grief: similarities and differences. *European Journal of Psych traumatology*, 8(sup6), 1375838. <http://doi:10.1080/20008198.2017.1375838>
- Gauhar, Y. W. M. (2016). The efficacy of EMDR in the treatment of depression. *Journal of EMDR Practice and Research*, 10(2), 59–69. <https://doi.org/10.1891/1933-3196.10.2.59>
- Hase, M., Balmaceda, U. M., Hase, A., Lehnung, M., Tumani, V., Huchzermeier, C., & Hofmann, A. (2015). Eye movement desensitization and reprocessing (EMDR) therapy in the treatment of depression: A matched-pairs study in an inpatient setting. *Brain and Behavior*, 5(6), 1–9. <https://doi.org/10.1002/brb3.342>
- Hase, M., Plagge, J., Hase, A., Braas, R., Ostacoli, L., Hofmann, A., & Huchzermeier, C. (2018). Eye movement desensitization and reprocessing versus treatment as usual in the treatment of depression: A randomized controlled trial. *Frontiers in Psychology*, 9(AUG). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.01384>
- Hatefi, M., Tarjoman, A., Moradi, S., & Borji, M. (2019). The effect of eye movement desensitization and reprocessing on depression and anxiety in patients with spinal cord injuries. *Trauma Monthly*, 24(5). <https://doi.org/10.5812/traumamon.92873>
- Kessler, R. C. (2012). The Costs of Depression. *The Psychiatric Clinics of North America*, 35(1), 1–14. <http://doi.org/10.1016/j.psc.2011.11.005>
- Lortye, S., Will, J., Marquenie, L., Goudriaan, A., Arntz, A., de Waal, M. (2021). Treating posttraumatic stress disorder in substance use disorder patients with co-occurring posttraumatic stress disorder: study protocol for a randomized controlled trial to compare the effectiveness of diverse types and timings of treatment. *BMC Psychiatry* 21, 442. <https://doi.org/10.1186/s12888-021-03366-0>
- Malandrone, F., Carletto, S., Hase, M., Hofmann, A., Ostacoli, L. (2019). A Brief Narrative Summary of Randomized Controlled Trials Investigating EMDR

- Treatment of Patients with Depression. *Journal of EMDR Practice and Research*, 13. 302-306. <https://doi.org/10.1891/1933-3196.13.4.302>
- Mauna, Y. W. (2016). The efficacy of EMDR in the treatment of depression. *Journal of EMDR Practice and Research*, 10(2), 59–69.
<https://doi.org/10.1891/1933-3196.10.2.59>
- Minelli, A., Zampieri, E., Sacco, C., Bazzanella, R., Mezzetti, N., Tessari, E., Barlati, S., & Bortolomasi, M. (2019). Clinical efficacy of trauma-focused psychotherapies in treatment-resistant depression (TRD) in-patients: A randomized, controlled pilot-study. *Psychiatry Research*, 273, 567–574.
<https://doi.org/10.1016/j.psychres.2019.01.070>
- Moher, D., Liberati, A., Tetzlaff, J., Altman, D. G., & PRISMA Group (2010). Preferred reporting items for systematic reviews and meta-analyses: the PRISMA statement. *International journal of surgery (London, England)*, 8(5), 336–341.
<https://doi.org/10.1016/j.ijssu.2010.02.007>
- Novo Navarro, P., Landin-Romero, R., Guardiola-Wanden-Berghe, R., Moreno-Alcázar, A., Valiente-Gómez, A., Lupo, W., Amann, B. L. (2018). 25 años de Eye Movement Desensitization and Reprocessing: protocolo de aplicación, hipótesis de funcionamiento y revisión sistemática de su eficacia en el trastorno por estrés postraumático. *Revista de Psiquiatría y Salud Mental*, 11(2), 101–114.
<http://doi:10.1016/j.rpsm.2015.12.002>
- Ostacoli, L., Carletto, S., Cavallo, M., Baldomir-Gago, P., di Lorenzo, G., Fernandez, I., Hase, M., Justo-Alonso, A., Lehnung, M., Migliaretti, G., Oliva, F., Pagani, M., Recarey-Eiris, S., Torta, R., Tumani, V., Gonzalez-Vazquez, A. I., & Hofmann, A. (2018). Comparison of eye movement desensitization reprocessing and cognitive behavioral therapy as adjunctive treatments for recurrent depression: The European Depression EMDR Network (EDEN) randomized controlled trial. *Frontiers in Psychology*, 9(FEB). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00074>
- Paauw, C., de Roos, C., Tummers, J., de Jongh, A., & Dingemans, A. (2019). Effectiveness of trauma-focused treatment for adolescents with major depressive disorder. *European Journal of Psychotraumatology*, 10(1).
<https://doi.org/10.1080/20008198.2019.1682931>
- Rahimi, F., Rejeh, N., Bahrami, T., Heravi-Karimooi, M., Tadrissi, S. D., Griffiths, P., & Vaismoradi, M. (2019). The effect of the eye movement desensitization and

reprocessing intervention on anxiety and depression among patients undergoing hemodialysis: A randomized controlled trial. *Perspectives in Psychiatric Care*, 55(4), 652–660. <https://doi.org/10.1111/ppc.12389>

Reyes-Trelles, X. F., Rivera-Tapia, C. J., Elizalde-Martínez, B. A., Auquilla-Guzmán, Álvaro F., & Malavé-Pérez, Y. M. (2020). Complementariedad terapéutica en el trastorno depresivo mayor con síntomas psicóticos. *Killkana Salud Y Bienestar*, 4(3), 35-40. <https://doi.org/10.26871/killcanasalud.v4i3.627>

Shapiro, F., & Solomon, R. (2015). Eye movement desensitization and reprocessing therapy. In E. Neukrug (Ed.), *The SAGE encyclopedia of theory in counseling and psychotherapy* (pp. 389-394). SAGE Publications, Inc., <https://www.doi.org/10.4135/9781483346502.n134>

Urrútia, G. & Bonfill, X. (2013). La declaración PRISMA: un paso adelante en la mejora de las publicaciones de la Revista Española de Salud Pública. *Revista Española de Salud Pública*, 87(2), 99-102.

<https://doi.org/10.4321/S1135-57272013000200001>

Van der Kolk, B. A., Spinazzola, J., Blaustein, M. E., Hopper, J. W., Hopper, E. K., Korn, D. L., & Simpson, W. B. (2007). A randomized clinical trial of eye movement desensitization and reprocessing (EMDR), fluoxetine, and pill placebo in the treatment of posttraumatic stress disorder: treatment effects and long-term maintenance. *The Journal of clinical psychiatry*, 68(1), 37–46.

<https://doi.org/10.4088/jcp.v68n0105>

Wood, E., Ricketts, T., & Parry, G. (2018). EMDR as a treatment for long-term depression: A feasibility study. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research, and Practice*, 91(1), 63–78.

<https://doi.org/10.1111/papt.12145>

El artículo que se publica es de exclusiva responsabilidad de los autores y no necesariamente reflejan el pensamiento de la **Revista Ciencia Digital**.



El artículo queda en propiedad de la revista y, por tanto, su publicación parcial y/o total en otro medio tiene que ser autorizado por el director de la **Revista Ciencia Digital**.



Indexaciones

