

TERAPIA MOTIVACIONAL EN EL TRATAMIENTO DE LOS TRASTORNOS DEL COMPORTAMIENTO ALIMENTARIO

Luis Beato Fernandez
Unidad de Trastornos Alimentarios
Hospital General de Ciudad Real

CÓRDOBA, Diciembre - 2010

Introducción	TERAPIA MOTIVACIONAL EN LOS TCA
Modelo del Cambio	INTRODUCCIÓN
¿Qué factores logran el Cambio?	EL MODELO DEL CAMBIO
¿Qué hace cambiar?	¿QUÉ FACTORES DE LA PTER. LOGRAN EL CAMBIO?
¿Qué factores impiden el cambio?	¿QUÉ HACE CAMBIAR A LAS PERSONAS?
Dilema del Cambio	¿QUÉ FACTORES INFLUYEN EN LA PERSISTENCIA DE ESTAS CONDUCTAS?
¿Qué estrategias favorecen cambiar?	EL DILEMA DEL CAMBIO
Evaluación de la Motivación	¿QUÉ ESTRATEGIAS FAVORECEN EL CAMBIO?
El paciente resistente	EVALUACIÓN DE LA MOTIVACIÓN
La Colaboración de la Familia	EL PACIENTE RESISTENTE
Conclusiones	LA COLABORACIÓN DE LA FAMILIA
	CONCLUSIONES

INTRODUCCIÓN

¿Qué similitudes tienen estos casos?

- ✓ Una chica de 16 años se niega a recuperar peso y NO reconoce que tiene un problema con la comida (ha perdido 12 Kg en 4 meses estando previamente en un peso sano).
- ✓ Una mujer de 32 años con episodios de vómito/atracón que, aunque admite que querría comer 'normal', no hace nada por evitarlo.
- ✓ Un varón de 42 años con un IMC de 37 sabe que tiene que perder peso pero no deja de 'picotear' comida.

A pesar de saber que es bueno para ellos

INTRODUCCIÓN

¿Qué similitudes tienen estos casos?

No siguen nuestras recomendaciones

A pesar de saber que es bueno para ellos

Introducción

Modelo del Cambio

¿Qué factores logran el Cambio?

¿Qué hace cambiar?

¿Qué factores impiden el cambio?

Dilema del Cambio

¿Qué estrategias favorecen cambiar?

Evaluación de la Motivación

El paciente resistente

La Colaboración de la Familia

Conclusiones

INTRODUCCIÓN

1. A diferencia de otras enfermedades los síntomas en los trastornos alimentarios tienen un valor en la vida de los pacientes.
2. Esto explica el rechazo, la falta de adherencia, la ambivalencia y los abandonos en el tratamiento.
3. Con frecuencia la iniciativa para la consulta surge de la familia, amigos o facultativos

Introducción

Modelo del Cambio

¿Qué factores logran el Cambio?

¿Qué hace cambiar?

¿Qué factores impiden el cambio?

Dilema del Cambio

¿Qué estrategias favorecen cambiar?

Evaluación de la Motivación

El paciente resistente

La Colaboración de la Familia

Conclusiones

INTRODUCCIÓN

4. No entender la utilidad que para los pacientes pueden tener estos síntomas puede llevar al fracaso de los tratamientos.
5. Aceptar la ambivalencia es básico en el programa de tratamiento (la delgadez es un 'valor' social y clave de aceptación)

Introducción

Modelo del Cambio

¿Qué factores logran el Cambio?

¿Qué hace cambiar?

¿Qué factores impiden el cambio?

Dilema del Cambio

¿Qué estrategias favorecen cambiar?

Evaluación de la Motivación

El paciente resistente

La Colaboración de la Familia

Conclusiones

Introducción

Modelo del Cambio

¿Qué factores logran el Cambio?

¿Qué hace cambiar?

¿Qué factores impiden el cambio?

Dilema del Cambio

¿Qué estrategias favorecen cambiar?

Evaluación de la Motivación

El paciente resistente

La Colaboración de la Familia

Conclusiones

INTRODUCCIÓN

6. Si pensamos que otras enfermedades se asemejan a los TCA y qué tratamientos son eficaces encontramos similitudes con las adicciones:
 - También los pacientes niegan, se excusan o racionalizan para proteger sus síntomas.
 - Esto genera rechazo en el terapeuta.
 - La familia se desconcierta porque el afectado quiere/no quiere

Introducción

Modelo del Cambio

¿Qué factores logran el Cambio?

¿Qué hace cambiar?

¿Qué factores impiden el cambio?

Dilema del Cambio

¿Qué estrategias favorecen cambiar?

Evaluación de la Motivación

El paciente resistente

La Colaboración de la Familia

Conclusiones

INTRODUCCIÓN

7. ¿Qué es eficaz en su tratamiento?

- Que el paciente tome una actitud de colaboración (es necesaria su participación).
- El paciente pueda analizar los 'pros/contras'
- La adquisición de sensación de aceptación y de auto-eficacia
- Entender el proceso del cambio

Introducción

Modelo del Cambio

¿Qué factores logran el Cambio?

¿Qué hace cambiar?

¿Qué factores impiden el cambio?

Dilema del Cambio

¿Qué estrategias favorecen cambiar?

Evaluación de la Motivación

El paciente resistente

La Colaboración de la Familia

Conclusiones

EL MODELO DEL CAMBIO

Todo proceso del cambio conlleva:

- Unas fases (Cuándo)
- Unos procesos (Cómo)
- Unos niveles (En qué)

Introducción

Modelo del Cambio

¿Qué factores logran el Cambio?

¿Qué hace cambiar?

¿Qué factores impiden el cambio?

Dilema del Cambio

¿Qué estrategias favorecen cambiar?

Evaluación de la Motivación

El paciente resistente

La Colaboración de la Familia

Conclusiones

EL MODELO DEL CAMBIO

Las Fases del Cambio

```

    graph TD
      Precontemplación --> Contemplación
      Contemplación --> Decisión
      Decisión --> Acción
      Acción --> Mantenimiento
      Mantenimiento --> Recaída
      Recaída --> Precontemplación
  
```

Introducción

Modelo del Cambio

¿Qué factores logran el Cambio?

¿Qué hace cambiar?

¿Qué factores impiden el cambio?

Dilema del Cambio

¿Qué estrategias favorecen cambiar?

Evaluación de la Motivación

El paciente resistente

La Colaboración de la Familia

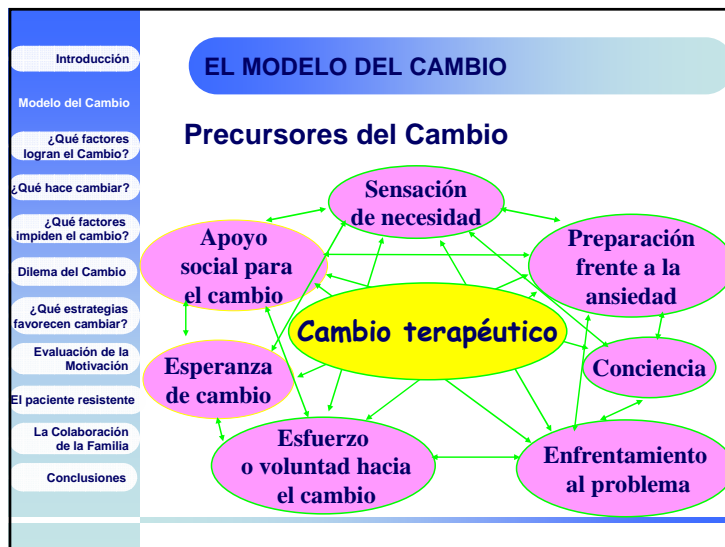
Conclusiones

EL MODELO DEL CAMBIO

Precursores del Cambio

```

    graph TD
      Alivio[Alivio dramático] --> Pc
      AutoReeval[Auto-reevaluación] --> Pc
      AutoLib[Auto-liberación] --> C
      Manejo[Manejo del refuerzo] --> A
      Contra[Contra-condicionamiento] --> A
      Sociales[Relaciones sociales favorecedoras] --> A
      Control[Control de estímulos] --> M
      Toma[Toma de conciencia] --> M
      Pc --> Cambio((Cambio terapéutico))
      C --> Cambio
      A --> Cambio
      M --> Cambio
  
```



Introducción

Modelo del Cambio

¿Qué factores logran el Cambio?

¿Qué hace cambiar?

¿Qué factores impiden el cambio?

Dilema del Cambio

¿Qué estrategias favorecen cambiar?

Evaluación de la Motivación

El paciente resistente

La Colaboración de la Familia

Conclusiones

¿QUÉ FACTORES DE LA PSICOTERAPIA LOGRAN UN CAMBIO EN LA CONDUCTA?

La propia decisión personal

- La mayoría de las personas que cambiaron sus conductas adictivas lo hacen por sí mismas, 'porque así lo habían decidido'.

El tipo de relación terapéutica

- La abstinencia en el consumo de alcohol a los 6 meses dependía en 2/3 de la interacción con el terapeuta y al año en el 50%.

Introducción

Modelo del Cambio

¿Qué factores logran el Cambio?

¿Qué hace cambiar?

¿Qué factores impiden el cambio?

Dilema del Cambio

¿Qué estrategias favorecen cambiar?

Evaluación de la Motivación

El paciente resistente

La Colaboración de la Familia

Conclusiones

¿QUÉ FACTORES DE LA PSICOTERAPIA LOGRAN UN CAMBIO EN LA CONDUCTA?

Características de la relación terapéutica que facilitan el cambio:

- Una empatía adecuada (escucha concreta sin imponer el propio material)
- Una calidez no posesiva y
- Autenticidad

que dificulta el cambio:

- El estilo CONFRONTATIVO (a mayor confrontación del terapeuta mayor resistencia).

que no influye:

- La aceptación del diagnóstico

Introducción

Modelo del Cambio

¿Qué factores logran el Cambio?

¿Qué hace cambiar?

¿Qué factores impiden el cambio?

Dilema del Cambio

¿Qué estrategias favorecen cambiar?

Evaluación de la Motivación

El paciente resistente

La Colaboración de la Familia

Conclusiones

¿QUÉ HACE CAMBIAR A LAS PERSONAS?

LA MOTIVACIÓN

Un estado de disponibilidad o deseo de cambiar, que puede fluctuar y se ve influido por múltiples factores pero que lleva a aumentar la probabilidad de que una persona inicie, continúe, y se comprometa con una estrategia específica para el cambio

Introducción

Modelo del Cambio

¿Qué factores logran el Cambio?

¿Qué hace cambiar?

¿Qué factores impiden el cambio?

Dilema del Cambio

¿Qué estrategias favorecen cambiar?

Evaluación de la Motivación

El paciente resistente

La Colaboración de la Familia

Conclusiones

¿QUÉ HACE CAMBIAR A LAS PERSONAS?

1. Lo que parece predecir el cambio es el seguimiento real de una persona a un tratamiento o a un plan terapéutico.
2. Las motivaciones no tienen necesariamente que surgir de la propia persona, sino que pueden deberse a circunstancias externas
3. Las personas pueden estar motivadas con un tratamiento o con un terapeuta pero no con otro.

Introducción

Modelo del Cambio

¿Qué factores logran el Cambio?

¿Qué hace cambiar?

¿Qué factores impiden el cambio?

Dilema del Cambio

¿Qué estrategias favorecen cambiar?

Evaluación de la Motivación

El paciente resistente

La Colaboración de la Familia

Conclusiones

¿QUÉ HACE CAMBIAR A LAS PERSONAS?

4. La motivación es tarea del terapeuta, y no se puede culpar al paciente de no estar motivado.
5. Es importante clarificar los objetivos de la relación terapéutica (no jugar al gato y al ratón).

Introducción

Modelo del Cambio

¿Qué factores logran el Cambio?

¿Qué hace cambiar?

¿Qué factores impiden el cambio?

Dilema del Cambio

¿Qué estrategias favorecen cambiar?

Evaluación de la Motivación

El paciente resistente

La Colaboración de la Familia

Conclusiones

¿QUÉ HACE CAMBIAR A LAS PERSONAS?

THE BEHAVIOURAL MODEL 73

'So new symptoms will be substituted for old ones...!'

Introducción

Modelo del Cambio

¿Qué factores logran el Cambio?

¿Qué hace cambiar?

¿Qué factores impiden el Cambio?

Dilema del Cambio

¿Qué estrategias favorecen cambiar?

Evaluación de la Motivación

El paciente resistente

La Colaboración de la Familia

Conclusiones

¿QUÉ FACTORES INFLUYEN EN LA PERSISTENCIA DE ESTAS CONDUCTAS?

1. El apego.
2. Los valores.
3. Las expectativas.
4. La autoestima.
5. La autoeficacia.
6. El contexto
7. Las respuestas paradójicas.
8. La disminución del control.

Introducción

Modelo del Cambio

¿Qué factores logran el Cambio?

¿Qué hace cambiar?

¿Qué factores impiden el Cambio?

Dilema del Cambio

¿Qué estrategias favorecen cambiar?

Evaluación de la Motivación

El paciente resistente

La Colaboración de la Familia

Conclusiones

¿QUÉ FACTORES INFLUYEN EN LA PERSISTENCIA DE ESTAS CONDUCTAS?

1. **El apego.** Forma de afrontamiento (dependen de rituales para enfrentarse a situaciones difíciles).
2. **Los valores.** Cada persona hace una valoración particular del coste-beneficio de cada acción (estar sano o ser aceptado).
3. **Las expectativas.** Cada individuo tiene un temor a las consecuencias de cada acción

Introducción

Modelo del Cambio

¿Qué factores logran el Cambio?

¿Qué hace cambiar?

¿Qué factores impiden el Cambio?

Dilema del Cambio

¿Qué estrategias favorecen cambiar?

Evaluación de la Motivación

El paciente resistente

La Colaboración de la Familia

Conclusiones

¿QUÉ FACTORES INFLUYEN EN LA PERSISTENCIA DE ESTAS CONDUCTAS?

4. **La autoestima.** La importancia de los valores habituales de las personas se pueden ver infravalorados por una pobre autoestima (sí, me estoy matando, ¿pero qué importancia tiene?).
5. **La autoeficacia.** Confianza en la propia habilidad para hacer frente a una tarea (y el convencimiento del terapeuta)

Introducción

Modelo del Cambio

¿Qué factores logran el Cambio?

¿Qué hace cambiar?

¿Qué factores impiden el Cambio?

Dilema del Cambio

¿Qué estrategias favorecen cambiar?

Evaluación de la Motivación

El paciente resistente

La Colaboración de la Familia

Conclusiones

¿QUÉ FACTORES INFLUYEN EN LA PERSISTENCIA DE ESTAS CONDUCTAS?

6. **El contexto** social, familiar, ocupacional, cultural, educacional.
7. **Las respuestas paradójicas.** Las consecuencias dolorosas pueden aumentar el patrón de conducta (es la única forma de enfrentarse al sufrimiento o es el rechazo a la limitación personal)
8. **La disminución del control.**

Introducción

Modelo del Cambio

¿Qué factores logran el Cambio?

¿Qué hace cambiar?

¿Qué factores impiden el cambio?

Dilema del Cambio

¿Qué estrategias favorecen cambiar?

Evaluación de la Motivación

El paciente resistente

La Colaboración de la Familia

Conclusiones

EL DILEMA DEL CAMBIO

1. La característica de todo cambio es la ambivalencia. 'No puedo vivir con ello y no puedo vivir sin ello'.
2. La intervención del terapeuta. Toma la parte en 'pro' del cambio, esto hace que el paciente tenga que defender los motivos que le mantienen. La insistencia del terapeuta llevará a acentuar el conflicto que el paciente ya tiene

Introducción

Modelo del Cambio

¿Qué factores logran el Cambio?

¿Qué hace cambiar?

¿Qué factores impiden el cambio?

Dilema del Cambio

¿Qué estrategias favorecen cambiar?

Evaluación de la Motivación

El paciente resistente

La Colaboración de la Familia

Conclusiones

EL DILEMA DEL CAMBIO

3. La labor del paciente. Es quien debe dar los motivos para el cambio. Facilitar la percepción de donde uno está y donde quiere estar. El balance se incline por el cambio. (Premack).
4. El clima de las intervenciones debe facilitar la escucha reflexiva,

Introducción

Modelo del Cambio

¿Qué factores logran el Cambio?

¿Qué hace cambiar?

¿Qué factores impiden el cambio?

Dilema del Cambio

¿Qué estrategias favorecen cambiar?

Evaluación de la Motivación

El paciente resistente

La Colaboración de la Familia

Conclusiones

EL DILEMA DEL CAMBIO

¿Qué conductas interfieren la 'escucha reflexiva'?

- Ordenar, dirigir, o encargar.
- Alertar o amenazar.
- Dar consejo, realizar sugerencias o dar soluciones no pedidas.
- Persuadir con lógica, discusión o enseñanza
- Moralizar, sermonear, o decir a los pacientes los que 'deberían' hacer.
- Mostrar desacuerdo, juzgar, criticar, o culpabilizar.
- Mostrar acuerdo, aprobar, o rogar.
- Culpabilizar, ridiculizar, o etiquetar
- Interpretar o analizar.
- Reafirmar, simpatizar, o consolar.
- Cuestionar o poner a prueba.
- Retirarse, distraerse, hacer broma, o cambiar de tema.

Introducción

Modelo del Cambio

¿Qué factores logran el Cambio?

¿Qué hace cambiar?

¿Qué factores impiden el cambio?

Dilema del Cambio

¿Qué estrategias favorecen cambiar?

Evaluación de la Motivación

El paciente resistente

La Colaboración de la Familia

Conclusiones

¿QUÉ ESTRATEGIAS FAVORECEN EL CAMBIO?

1. Ofrecer consejo en un clima de colaboración 'codo con codo' y solicitado por alguien receptivo. Esto implica:
 - Identificar claramente el problema.
 - Explicar por qué el cambio es importante.
 - Recomendar un cambio específico
2. Eliminar los obstáculos del acceso, curso o cambio

Introducción

Modelo del Cambio

¿Qué factores logran el Cambio?

¿Qué hace cambiar?

¿Qué factores impiden el cambio?

Dilema del Cambio

¿Qué estrategias favorecen cambiar?

Evaluación de la Motivación

El paciente resistente

La Colaboración de la Familia

Conclusiones

¿QUÉ ESTRATEGIAS FAVORECEN EL CAMBIO?

3. Ofrecer alternativas que faciliten la elección y aumenten la motivación.
4. Favorecer la responsabilidad, 'depende de ti, nadie puede decidir por ti'.
5. Disminuir la deseabilidad, identificando todos los incentivos positivos a su conducta problema (llamada de atención)

Introducción

Modelo del Cambio

¿Qué factores logran el Cambio?

¿Qué hace cambiar?

¿Qué factores impiden el cambio?

Dilema del Cambio

¿Qué estrategias favorecen cambiar?

Evaluación de la Motivación

El paciente resistente

La Colaboración de la Familia

Conclusiones

¿QUÉ ESTRATEGIAS FAVORECEN EL CAMBIO?

- Ofrecer un 'feed-back', darles información de su situación, consecuencias, riesgos y medios.
- Ofrecer ayuda activa, de como tomar su decisión.
- Potenciar los sentimientos de autoeficacia. Convencerlo de la posibilidad de cambio.

Introducción

Modelo del Cambio

¿Qué factores logran el Cambio?

¿Qué hace cambiar?

¿Qué factores impiden el cambio?

Dilema del Cambio

¿Qué estrategias favorecen cambiar?

Evaluación de la Motivación

El paciente resistente

La Colaboración de la Familia

Conclusiones

GENERALMENTE, LAS PERSONAS SE CONVENCEN MÁS POR LAS RAZONES QUE DESCUBREN ELLAS MISMAS, QUE POR LAS QUE LE EXPLICAN LOS DEMÁS.

B. PASCAL

Introducción

Modelo del Cambio

¿Qué factores logran el Cambio?

¿Qué hace cambiar?

¿Qué factores impiden el cambio?

Dilema del Cambio

¿Qué estrategias favorecen cambiar?

Evaluación de la Motivación

El paciente resistente

La Colaboración de la Familia

Conclusiones

EVALUACIÓN DE LA MOTIVACION

Características del cuestionario:

- Deben centrarse en conductas problema.
- Deben admitir graduación.
- Deben incluir aspectos cognitivos, emocionales, perceptivos, conductuales y relacionales.
- Las puntuaciones que cada individuo muestra en cada escala se refieren a un valor general de la actitud ante el cambio

Introducción

Modelo del Cambio

¿Qué factores logran el Cambio?

¿Qué hace cambiar?

¿Qué factores impiden el cambio?

Dilema del Cambio

¿Qué estrategias favorecen cambiar?

Evaluación de la Motivación

El paciente resistente

La Colaboración de la Familia

Conclusiones

EVALUACIÓN DE LA MOTIVACION

Dificultades para elaborar un cuestionario:

- Los sujetos pueden estar dispuestos a cambiar unos síntomas y no otros.
- Diferentes estados pueden alternarse en un mismo individuo y seguir un patrón de 'puerta giratoria'. La separación de cada fase no es nítida.
- La motivación se modifica en la interacción con el terapeuta o por el deseo de agradar.

Introducción

EVALUACIÓN DE LA MOTIVACION

Modelo del Cambio

¿Qué factores logran el Cambio?

¿Qué hace cambiar?

¿Qué factores impiden el cambio?

Dilema del Cambio

¿Qué estrategias favorecen cambiar?

Evaluación de la Motivación

El paciente resistente

La Colaboración de la Familia

Conclusiones

PRECONTEMPLACIÓN	No/ Nunca	Rara vez	A veces	Frecuen- temente	Sí/ Siempre
2. No tengo ningún problema, lo único que ocurre es que no me dejan en paz.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Aunque me insistan, no voy a cambiar ninguno de mis hábitos alimentarios.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. Los demás están exagerando todo lo que me ocurre.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. Desco que me dejen en paz con el peso y la comida.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16. No tengo ninguna enfermedad, sólo que no quiero estar gorda.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20. Espero que algún día se cansen de decirme que estoy enferma y necesito ir al médico.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
32. No voy a cambiar mis hábitos alimentarios porque me lo diga el médico o mi familia.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
39. No tengo porque cambiar mis hábitos alimentarios, pertenecen a mi forma de vivir.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
56. Es absurdo que quieran obligarme a cambiar mis hábitos alimentarios.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
59. No tengo ningún problema de salud, sólo que me gusta controlar mi peso.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Introducción

EVALUACIÓN DE LA MOTIVACION

Modelo del Cambio

¿Qué factores logran el Cambio?

¿Qué hace cambiar?

¿Qué factores impiden el cambio?

Dilema del Cambio

¿Qué estrategias favorecen cambiar?

Evaluación de la Motivación

El paciente resistente

La Colaboración de la Familia

Conclusiones

CONTEMPLACIÓN	No/ Nunca	Rara vez	A veces	Frecuen- temente	Sí/ Siempre
4. Me aterroriza el efecto que la comida produce en mi cuerpo.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. En mi mente hay dos personas una la enferma que SIEMPRE me domina y otra la sana.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. Dudo sobre si los demás llevarán razón respecto a mi problema.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
25. Cada vez, me encontraría peor si siguiera con mi problema alimentario.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
29. Ahora no, pero algún día tendré que decidirme a librarme de mi problema.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
30. Tengo dudas sobre si tendré de verdad una enfermedad.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
33. Aun no le he decidido, pero si quisiera, empezaría a hacer lo que me dicen que haga.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
38. Me veo totalmente dominada por mis obsesiones.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
43. Mas adelante empezaré a comer como me están pidiendo.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
45. Pienso que es peligrosa mi forma actual de comer.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
53. Me pregunto si la solución a mi estado estaria en perder peso.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Introducción

EVALUACIÓN DE LA MOTIVACION

Modelo del Cambio

¿Qué factores logran el Cambio?

¿Qué hace cambiar?

¿Qué factores impiden el cambio?

Dilema del Cambio

¿Qué estrategias favorecen cambiar?

Evaluación de la Motivación

El paciente resistente

La Colaboración de la Familia

Conclusiones

DECISIÓN	No/ Nunca	Rara vez	A veces	Frecuen- temente	Sí/ Siempre
17. Aunque quiero, no puedo cambiar mis hábitos de comida.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19. Querría superar mis obsesiones pero sin cambiar mis hábitos alimentarios.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
23. Dependo de los demás para empezar a cambiar mi conducta alimentaria.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
31. En un futuro me gustaría empezar a solucionar mis problemas con mi alimentación.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
34. Me preocupa que mi salud esté afectada por mis hábitos de comida, pero ya cambiaré.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
36. Aunque aun no le he hecho, se lo que tendría que hacer para resolver mi trastorno.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
40. Tendría que empezar a dejar a un lado mi problema.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
48. El miedo a ganar peso me paraliza para poder cambiar mi dieta.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
50. Para sentirme mejor, algún día empezaré a solucionar mi problema.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
54. Quiero dejar atrás este problema pero aun no me veo con fuerzas para superarlo.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
57. Aunque se que es por mi bien, no quiero empezar todavía a luchar contra mi problema.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Introducción

EVALUACIÓN DE LA MOTIVACION

Modelo del Cambio

¿Qué factores logran el Cambio?

¿Qué hace cambiar?

¿Qué factores impiden el cambio?

Dilema del Cambio

¿Qué estrategias favorecen cambiar?

Evaluación de la Motivación

El paciente resistente

La Colaboración de la Familia

Conclusiones


ACCIÓN	No/ Nunca	Rara vez	A veces	Frecuen- temente	Sí/ Siempre
3. Soy capaz de comer algo 'extra' pensando en salir de mi enfermedad.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
22. He empezado a cambiar mis hábitos alimentarios.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
26. Estoy intentando hacer lo que me dicen para curarme.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
27. Procuo evitar situaciones que entorpecen mi curación.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
35. Leo toda la información que me puede ayudar a curarme.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
42. Me cuesta cambiar mi conducta pero sigo esforzándome por lograrlo.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
44. Para solucionar mis obsesiones he cambiado algunas costumbres.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
46. Me alegra cuando puedo dominar mis obsesiones.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
47. Me esfuerzo en pequeños detalles para superar mi problema	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
52. Me alegra cualquier progreso que me mejore de mi enfermedad.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

EVALUACIÓN DE LA MOTIVACION		No/ Nunca	Rara vez	A veces	Frecuen- temente	Sí/ Siempre
MANTENIMIENTO						
¿Qué factores logran el Cambio?	1. Hay momentos en que consigo no tener mi pensamiento en la comida.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
¿Qué hace cambiar?	5. Puedo estar relajada y contenta aun cuando tengo que comer en público.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
¿Qué factores impiden el cambio?	6. Puedo vestirme sin que me angustie como me queda la ropa.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Dilema del Cambio	8. Ahora ya puedo decir que he pasado esta enfermedad.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
¿Qué estrategias favorecen cambiar?	10. Puedo mirar mis obsesiones como algo que va es del pasado.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Evaluación de la Motivación	12. <i>Para salir con mis amigos me influye si vamos o no a comer.</i>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
El paciente resistente	15. <i>Temo que lleguen la horas de las comidas.</i>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
La Colaboración de la Familia	21. Por fin puedo decir que ya estoy curada.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Conclusiones	28. Puedo comer de todo sin sentir ningún recelo.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	55. Puedo mantenerme comiendo de todo o sin tener atracones ni vómitos.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

EVALUACIÓN DE LA MOTIVACION		No/ Nunca	Rara vez	A veces	Frecuen- temente	Sí/ Siempre
RECAÍDA						
¿Qué factores logran el Cambio?	18. Después de estar mejor me han vuelto mis obsesiones con la comida.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
¿Qué hace cambiar?	24. Otra vez he empezado con miedo a la comida o a los atracones y vómitos.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
¿Qué factores impiden el cambio?	37. Llevo una temporada otra vez más obsesionada con mi aspecto físico.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Dilema del Cambio	41. Estuve mejor, pero he vuelto a estar muy preocupada con la dieta y el aspecto físico.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
¿Qué estrategias favorecen cambiar?	49. He vuelto a encontrarme como al principio de la enfermedad.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Evaluación de la Motivación	51. Ahora me vuelve a preocupar más que antes que pueda ganar peso	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
El paciente resistente	58. Pensé que me había curado pero otra vez he vuelto a empeorar.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
La Colaboración de la Familia						
Conclusiones						

EVALUACIÓN DE LA MOTIVACION												Suma total	Puntuación Escala
0	Precontemplación	2	7	11	14	16	20	32	39	56	59		
1	Contemplación	4	9	13	25	29	30	33	38	43	45	53	__/11
2	Decisión	17	19	23	31	34	36	40	48	50	54	57	__/11
3	Acción	3	22	26	27	35	42	44	46	47	52		
4	Mantenimiento	1	5	6	8	10	12	15	21	28	55		
5	Recaída	18	24	37	41	49	51	58					__/07

Las preguntas puntúan 0 = No/nunca, 1 = Rara vez, 2 = A veces, 3 = Frecuentemente, 4 = Sí/ siempre
 Excepto las preguntas que están en cursiva y subrayadas que puntúan en sentido inverso.
 El valor final de las subescalas 'Contemplación' y 'Decisión' es la suma total de las subescalas dividido entre 0'1 y de la subescala 'Recaída' es la suma total dividido entre 0'7. El resto de las subescalas la suma total coincide con el valor final.

EVALUACIÓN DE LA MOTIVACION	
Introducción	For personal use only Vol. 10: 50-65 March 2005
Modelo del Cambio	ORIGINAL RESEARCH PAPER
¿Qué factores logran el Cambio?	Attitudes towards change and treatment outcome in eating disorders
¿Qué hace cambiar?	T. Rodríguez-Cano, and L. Beato-Fernández Eating Disorders Unit, Department of Psychiatry, Ciudad Real Hospital, Spain
¿Qué factores impiden el cambio?	
Dilema del Cambio	
¿Qué estrategias favorecen cambiar?	ABSTRACT. Objective: To investigate the influence of the stage of change on treatment outcome among patients suffering from eating disorders. Method: Sixty-seven women receiving free outpatient treatment for eating disorders initially participated in this study. Their demographic, lifetime and clinical characteristics, eating disorder symptoms and general distress were assessed at baseline and after one year, together with the results of self-report questionnaire on Attitudes towards Change in Eating Disorders (ACTA). Results: High scores on the Maintenance subscale were protective for eating psychopathology as measured by the Eating Attitudes Test (EAT-40), Eating Disorders Inventory (EDI-2) and the frequency of purging. Action was predictive of weight changes. Precontemplation and Relapse respectively predicted little change in EAT and the Bulimic Inventory Test Edinburgh (BITE). High Preparation scores were predictive of the level of EDI-2 Intraceptive Awareness, Maturity Fears, and Ascetism. Discussion: Our results suggest considering the stage of change as a useful outcome predictor. (Eating Weight Disord. 10: 50-65, 2005) ©2005, Editrice Kurtis
Evaluación de la Motivación	
El paciente resistente	
La Colaboración de la Familia	
Conclusiones	

Introducción

Modelo del Cambio

¿Qué factores logran el Cambio?

¿Qué hace cambiar?

¿Qué factores impiden el cambio?

Dilema del Cambio

¿Qué estrategias favorecen cambiar?

Evaluación de la Motivación

El paciente resistente

La Colaboración de la Familia

Conclusiones

EVALUACIÓN DE LA MOTIVACION

For personal use only Vol. 10: 50-65 March 2005

Originales

T. Rodríguez-Cano¹
L. Beato-Fernández²
E. Segura Escobar¹

Influencia de la motivación en la evolución clínica de los trastornos del comportamiento alimentario

¹ Servicio de Psiquiatría
² Unidad de Trastornos Alimentarios
Servicio de Psiquiatría
Complejo Hospitalario
Ciudad Real

Introducción

Modelo del Cambio

¿Qué factores logran el Cambio?

¿Qué hace cambiar?

¿Qué factores impiden el cambio?

Dilema del Cambio

¿Qué estrategias favorecen cambiar?

Evaluación de la Motivación

El paciente resistente

La Colaboración de la Familia

Conclusiones

EL PACIENTE RESISTENTE

Causas del rechazo al tratamiento:

- Pueden estar confundidos respecto a las consecuencias de sus acciones (negación)
- Pueden defender su autonomía como un valor mayor que su salud (valores)
- Pueden enfrentarse a su ansiedad aumentando sus conductas patológicas (forma de afrontar)
- Pueden desconfiar en ellos mismos para afrontar con éxito sus problemas (autoeficacia)
- Pueden no saber contar con nosotros (rechazo).

Introducción

Modelo del Cambio

¿Qué factores logran el Cambio?

¿Qué hace cambiar?

¿Qué factores impiden el cambio?

Dilema del Cambio

¿Qué estrategias favorecen cambiar?

Evaluación de la Motivación

El paciente resistente

La Colaboración de la Familia

Conclusiones

EL PACIENTE RESISTENTE

¿Cómo establecer un encuadre?

- Todos los pacientes que acuden a consulta quieren resolver un problema aunque sus demandas no sean correctamente expresadas.
- Cuando nos plantean sus soluciones quieren mejorar sus vidas o el bienestar de una persona a la que quieren.
- El error está en los medios no en los objetivos.
- Los primeros interesados en resolver sus problemas son los pacientes. Es necesaria su colaboración y de ellos debe surgir la fuerza y la solución (potenciar su capacidad y eficacia).

Introducción

Modelo del Cambio

¿Qué factores logran el Cambio?

¿Qué hace cambiar?

¿Qué factores impiden el cambio?

Dilema del Cambio

¿Qué estrategias favorecen cambiar?

Evaluación de la Motivación

El paciente resistente

La Colaboración de la Familia

Conclusiones

EL PACIENTE RESISTENTE

¿Cómo conseguir la implicación en el tto?

- Entender la ambivalencia ante el cambio como un fenómeno normal que debe ser reconocido y aceptado
- El terapeuta debe aproximarse al estado motivacional del sujeto para mostrar aceptación, adaptar sus intervenciones y favorecer la expresión de los pros/contras
- El paciente debe sentirse entendido y conocer el objeto y el por qué de la prioridad de las intervenciones

Introducción	<h2>EL PACIENTE RESISTENTE</h2> <h3>¿Cómo conseguir la implicación en el tto?</h3> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Tener interés por entender la situación vivencial del paciente ➤ Hacerles entender que nos interesan y estamos dispuestos a ayudarles para encontrar las soluciones de sus problemas ➤ Aceptación sin reproches, facilitará que la paciente nos incluya como aliado y confidente ➤ Papel de acompañar y no de enseñar, moralizar, culpabilizar o amenazar ➤ Nunca discutir (aunque esta sea su forma habitual de comunicación)
Modelo del Cambio	
¿Qué factores logran el Cambio?	
¿Qué hace cambiar?	
¿Qué factores impiden el cambio?	
Dilema del Cambio	
¿Qué estrategias favorecen cambiar?	
Evaluación de la Motivación	
El paciente resistente	
La Colaboración de la Familia	
Conclusiones	

Introducción	<h2>EL PACIENTE RESISTENTE</h2> <h3>¿Cómo mantener la adherencia?</h3> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Si nos centramos en hacer ver al paciente su error este se justificará y buscará los motivos por los que no cambia (efecto contrario) ➤ El conflicto ya atormenta al paciente ➤ La eficacia no se basa en demostrar su incapacidad – les puede llevar a empeorar – ➤ Es más útil hacerle ver los recursos de los que dispone ➤ El paciente debe ver necesario el tratamiento, analiza conflictos, encuentra alivio, no se siente censurado, ridiculizado y se siente capaz.
Modelo del Cambio	
¿Qué factores logran el Cambio?	
¿Qué hace cambiar?	
¿Qué factores impiden el cambio?	
Dilema del Cambio	
¿Qué estrategias favorecen cambiar?	
Evaluación de la Motivación	
El paciente resistente	
La Colaboración de la Familia	
Conclusiones	

Introducción	<h2>EL PACIENTE RESISTENTE</h2> <h3>Excepciones a este abordaje</h3> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Situaciones físicas o psíquicas graves. ➤ Confundir querer/poder y actitud todo/nada. ➤ Formas ‘estereotipadas’ de enfrentarse a la frustración (si no soy la mejor seré la peor). ➤ Formas de comunicarse y pedir ayuda. ➤ Siempre que lo privemos de algún control tendremos que pensar en cuándo y cómo lo recuperará.
Modelo del Cambio	
¿Qué factores logran el Cambio?	
¿Qué hace cambiar?	
¿Qué factores impiden el cambio?	
Dilema del Cambio	
¿Qué estrategias favorecen cambiar?	
Evaluación de la Motivación	
El paciente resistente	
La Colaboración de la Familia	
Conclusiones	

Introducción	<h2>LA COLABORACIÓN DE LA FAMILIA</h2> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Las relaciones familiares influyen en el desarrollo de los TCA (excesivo control y falta de conciencia de enfermedad, vómitos por la presión a la ingesta) ➤ Con frecuencia la actitud de los padres responde a la falta de directrices por los terapeutas o por consejos inapropiados ➤ La aparición de un TCA supone para los padres un fracaso, un cuestionamiento de sus funciones (alimentación, comportamiento y socialización) y supone una amenaza a su felicidad o vida
Modelo del Cambio	
¿Qué factores logran el Cambio?	
¿Qué hace cambiar?	
¿Qué factores impiden el cambio?	
Dilema del Cambio	
¿Qué estrategias favorecen cambiar?	
Evaluación de la Motivación	
El paciente resistente	
La Colaboración de la Familia	
Conclusiones	

Introducción

Modelo del Cambio

¿Qué factores logran el Cambio?

¿Qué hace cambiar?

¿Qué factores impiden el cambio?

Dilema del Cambio

¿Qué estrategias favorecen cambiar?

Evaluación de la Motivación

El paciente resistente

La Colaboración de la Familia

Conclusiones

LA COLABORACIÓN DE LA FAMILIA

- Los padres deben recuperar su papel (no son psicólogos de sus hijos)
- No condicionar la aceptación de los padres al pronóstico de la enfermedad.
- Mostrar aceptación y favorecer el diálogo.
- Evitar la actitud ridiculizadora, venganza, reproches.
- Actitud de espera y aceptación. Dar lo que nadie puede dar.

Introducción

Modelo del Cambio

¿Qué factores logran el Cambio?

¿Qué hace cambiar?

¿Qué factores impiden el cambio?

Dilema del Cambio

¿Qué estrategias favorecen cambiar?

Evaluación de la Motivación

El paciente resistente

La Colaboración de la Familia

Conclusiones

LA COLABORACIÓN DE LA FAMILIA



Un prisionero iraquí consuela a su hijo de cuatro años en el campo de refugiados de Nayaf.
Premio World Press Photo 2003 Jean-Marc Bouju (Francia) Associated Press

Introducción

Modelo del Cambio

¿Qué factores logran el Cambio?

¿Qué hace cambiar?

¿Qué factores impiden el cambio?

Dilema del Cambio

¿Qué estrategias favorecen cambiar?

Evaluación de la Motivación

El paciente resistente

La Colaboración de la Familia

Conclusiones

CONCLUSIONES

- La implicación en un programa de tratamiento es responsabilidad compartida con el terapeuta que debe ajustar sus recomendaciones a la motivación del paciente y favorecer una **ACTITUD DE CAMBIO**.

Introducción

Modelo del Cambio

¿Qué factores logran el Cambio?

¿Qué hace cambiar?

¿Qué factores impiden el cambio?

Dilema del Cambio

¿Qué estrategias favorecen cambiar?

Evaluación de la Motivación

El paciente resistente

La Colaboración de la Familia

Conclusiones

CONCLUSIONES

- Enfoques positivos, estimulando la propia iniciativa, favoreciendo sentimientos de confianza, capacidad personal y esperanza de cambio son un estímulo para prevenir resistencias, o el abandono en el tratamiento y conseguir la mejoría tras nuestras intervenciones.

¿Utopía?