

La desensibilización y reprocesamiento por medio de movimientos oculares [EMDR] en el tratamiento del trauma emocional (pp. 387-400)

Mónica Ventura

Pontificia Universidad Javeriana, Cali (Colombia)

La desensibilización y reprocesamiento por medio de movimientos oculares [EMDR] es una estrategia de intervención psicológica originalmente desarrollada para resolver el trauma emocional. Conjuga exposición en imaginación, reprocesamiento cognitivo y estimulación bilateral originalmente propuesta a partir del movimiento ocular. Su procedimiento está compuesto por ocho fases conducentes a la desensibilización del impacto emocional y el reprocesamiento cognitivo de pensamientos perturbadores desarrollados a partir del trauma. Aunque se cuenta con una cantidad considerable de estudios que sustentan su eficacia, se conoce poco acerca de los mecanismos que subyacentes que la explican. Actualmente hace parte de las estrategias consideradas por la American Psychological Association [APA] como eficaces para el tratamiento del trastorno de estrés postraumático [TEPT] y algunos estudios favorecen su eficacia para el tratamiento de otros trastornos psicológicos.