



Pasado, presente y futuro de la Entrevista Motivacional en Atención Primaria

Josep M^a Bosch. ABS Encants

Manuel Campíñez. CAP Vallcarca

Grupo/Programa Comunicación y Salud de semFYC



Antecedentes

- Modelo Humanístico, Terapia centrada en el cliente de *Carl Rogers (1956, 1985)*
- Modelo psicoanalítico, *M Balint (1961), J Tizón (1989)*
- Modelo Biopsicosocial de *G Engel (1977)*
- Escuela de Palo Alto. Modelo de la Nueva comunicación. *G Bateson (1960), P Watzlawitz (1994)*
- Terapia Familiar Breve. *M Erickson, O'Hanlon, S Shazer.*
- Modelo de la Entrevista Centrada en el paciente, *D Pendleton, (1983), M. Stewart (1984, 1986)*
- Modelo de la Entrevista Semiestructurada en APS. *F Borrell (1991, 2004).*
- Modelo Racional-Emotivo de *Ellis (1988).*



Antecedentes: Principios generales

- **Motivación intrínseca.**
- **Control y elección.** (*Teoría de la reactancia: Brehm & Brehm, 1981; Teoría de la Autodeterminación: Deci, 1980*).
- **Autoconvencimiento auditivo.** (*Teoría de la Autopercepción: Bem, 1972.*)
- **Confianza.** (*Teoría de la Autoeficacia: Bandura, 1994; Leake & King, 1977*).
- **Ambivalencia.** (*Entrevista Motivacional: Miller & Rollnick, 1991*).
- **Traje a medida.** (*Teoría de los Estadios del Cambio: Prochaska & DiClemente, 1986*).
- **Relación interpersonal.** (*Teoría de la Interacción: Miller & Sovereign, 1989; Miller & col., 1993*).



Primeros pasos

- . En 1983 W Miller publica *Motivational interviewing with problem drinkers*^{*}, el primer artículo donde expone los primeros principios de la Entrevista Motivacional (EM):
 1. Desenfatar el estigma
 2. Responsabilidad individual
 3. Internalizar el locus de control
 4. Disonancia cognitiva
- ^{*}: Miller WR. Motivational interviewing with problem drinkers. *Behav. Psychother.* 11:147–72. 1983



Principios: 2008

- En 2008 se publica “*Motivational Interviewing in Health Care: Helping Patients Change Behavior*” , donde se expone una evolución de los principios de 1991*:
 1. Reprimir el “reflejo de redireccionamiento” (*Evitar y abordar las resistencias).
 2. Explorar y entender las motivaciones del paciente (*Desarrollar la discrepancia).
 3. Escuchar de manera empática, activa (*Evitar la argumentación).
 4. Apoyar el sentido de autoeficacia.
- * *Motivational Interviewing: Preparing People to Change Addictive Behavior*. W.R. Miller & Rollnick S. Guilford Press. 1991



Espíritu

Modelo motivacional

Modelos confrontativo/ argumentativo

EVOCA —————→ *EDUCA*

COLABORA —————→ *CONFRONTA*

DA AUTONOMÍA —————→ *RECLAMA AUTORIDAD*



Ejemplos de interacciones

Hombre de 51 años que acude a la consulta acompañado de su mujer (no hubiese venido por iniciativa propia).

Es *hipertenso* conocido sin tratamiento, *fumador* y *consumidor excesivo de alcohol*, y en una analítica rutinaria le detectamos *dislipemia mixta* (Colesterol total 286 mg/dL, cLDL 190 mg/dL, cHDL 38 mg/dL, triglicéridos 310 mg/dL) y *alteración de la biología hepática* a expensas de GGT (110 U/L), además de una *hiperglucemia* de 116 mg/dL.



Estrategias

1. Preguntas abiertas.
2. Afirmaciones de reconocimiento o validación.
3. Escucha reflexiva.
4. Sumarios.



Formación en Entrevista Motivacional (EM)

Las 8 Habilidades en el aprendizaje de la EM:
(Miller y Moyers 2006):

1. Aproximación colaborativa vs prescriptiva.
2. Entrenamiento en la escucha activa.
3. Centrarse en la ambivalencia e identificar el diálogo del cambio.
4. Evocar el diálogo del cambio.



Formación en Entrevista Motivacional (EM)

Las 8 Habilidades en el aprendizaje de la EM:
(Miller y Moyers 2006):

5. Minimizar las resistencias y dar respuesta.
6. Ayudar al paciente a formular un plan de acción.
7. Mantener el compromiso del cambio.
8. Flexibilizar la EM con otras modalidades terapéuticas.



Formación: presente y futuro

- . Las 8 Habilidades de Miller y Moyers.
- . Feedback necesario (talleres, sesiones de recuerdo, sesiones PBI).
- . Formación de Formadores en EM :
 - ..La red MINT.
 - ..La experiencia TAFFEM
- . Futuro de la Formación en EM:
feedback continuo, portfolio....



10 cosas que no son EM: Interlaken 2008

1. Basada en el modelo transteórico
2. Un truco para que la gente haga lo que quieres
3. Una técnica
4. Balace decisional
5. Feedback
6. Una variante de terapia cognitivo-conductual
7. Terapia centrada en el cliente
8. Fácil
9. Lo que estábamos haciendo
10. La panacea



La EM es otra herramienta más...



“...es como aceite 3 en 1 para una bisagra oxidada”
Carolina Yahne



10 cosas que son EM: Sitges 2009

1. Una forma *refinada* de guiar
2. Con la mira puesta en el *cambio* en la charla
3. Que evoca y fortalece la motivación personal
4. Centrada en la persona, honrando su autonomía
5. Que usa estrategias específicas
6. Orientada hacia una diana de cambio
7. Que es modulada y guiada por el discurso del paciente
8. Breve
9. Adaptable a las diferentes culturas, personas y problemas
10. Específica y aprehensible



Definición actual: Sitges 2009

- La **Entrevista Motivacional** es una *forma de guiar colaborativa y centrada en la persona* para **evocar** y **fortalecer** la motivación para el cambio.



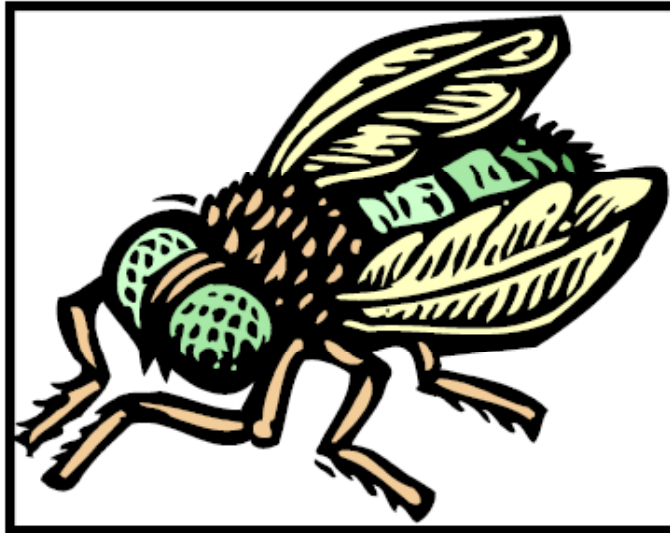
Metaanálisis:

- 1. The efficacy of motivational interviewing: a meta-analysis of controlled clinical trials .** Burke BL, Arkowitz H, Menchola M. 2003.. J. Consult. Clin. Psychol. 71:843–61
- 2. Motivational interviewing: a systematic review and meta-analysis.** Sune Rubak, Anneli Sandbæk, Torsten Lauritzen and Bo Christensen .British Journal of General Practice, April 2005 305
- 3. Motivational Interviewing.** Jennifer Hettema, Julie Steele, and William R. Miller. Annu. Rev. Clin. Psychol. 2005. 1:91–111
- 4. A Meta-analysis of Motivational Interviewing: Twenty Five Years of Empirical Studies.** Brad W. Lundahl, Derrik Tollefson, Chelsea Gambles, Cynthia Brownell, Brian L. Burke. *En prensa*



Futuro

- . RCV-AP o dislip-EM.
- . Escala de Valoración de la Entrevista Motivacional (EVEM).
- . Estandarización de la formación.
- . Nuevas aplicaciones de la EM.



Flies or bees
Moscas o abejas



A trainee in Benidorm, Spain