



REVISTA LUSÓFONA DE CIÊNCIAS  
DA MENTE E DO COMPORTAMENTO

LAS PSICOTERAPIAS  
COMPORTAMENTALES Y COGNITIVAS  
EN LOS TRASTORNOS DE SALUD  
MENTAL EN ESPAÑA

---

**Javier Pérez Pareja**

Depto. de Psicología Universitat de les Illes Balears (U. I. B.)  
Universitat de les Illes Balears  
Cra. de Valldemossa km. 7,5 07071 Palma de Mallorca - España  
javi.przpareja@nib.es

## LAS PSICOTERAPIAS COMPORTAMENTALES Y COGNITIVAS EN LOS TRASTORNOS DE SALUD MENTAL EN ESPAÑA

---

*Javier Pérez Pareja*

### RESUMEN

Partiendo del principio de la imposibilidad de separar la salud mental de la salud en general, podemos afirmar que más del 75% de los psicólogos españoles se declaran enmarcados en el llamado modelo cognitivo-conductual de evaluación e intervención en el campo de la psicología clínica

Sin embargo, a la luz de la expansión en la aplicación de la psicología y a los nuevos retos que ello plantea, en estas líneas nos ha parecido más interesante definir las funciones y enmarcar los ámbitos de actuación de los psicólogos que trabajan en el campo de la salud mental en particular y de la salud en general.

## SUMMARY

Bearing in mind that is impossible to separate the mental state of health from general health, we can state that more than a 75% of Spanish psychologists declare themselves confined to fundamental behavioural model. This model is known as the cognitive-behavioural approach of evaluation and intervention in the field of clinical psychology.

Nevertheless, in the light of expansion in the applications of psychology and regarding the new challenges that it creates, we found it more interesting when writing these lines trying to define the functions and to enclose the fields of action of the psychologist, both in the field of mental health in particular and in the field of health in general

## **DEFINICION. CARACTERISTICAS DE LA PSICOLOGIA CLINICA Y DE LA SALUD**

"La Psicología Clínica concierne a la aplicación independiente y al desarrollo de principios, métodos, procedimientos e instrumentos de la Psicología y campos afines para comprender, predecir, prevenir y aliviar las dificultades cognitivas, emocionales y conductuales, el malestar y la enfermedad en todos los aspectos de la vida humana, para promover la salud y la calidad de vida" (Reunión de Londres, 30 nov - 1 dic 1996; Task Force. En J. J. Miguel Tobal, 1997, Sobre Psicología Clínica, Infocop, nº 68)

1.- Disciplina que aplica los principios, las técnicas y los conocimientos científicos desarrollados por la Psicología para:

- evaluar / diagnosticar
- explicar
- tratar / modificar
- prevenir

los trastornos mentales / comportamentales o cualquier tipo de comportamientos relevantes para los procesos de la salud y enfermedad en los distintos contextos en que éstos se desarrollan.

2.- Aparentemente, el campo más extendido atendiendo al número de psicólogos que trabajan en el mismo.

3.- Dos áreas fundamentales:

- Psicología Clínica.
- Psicología de la Salud

4.- No sólo se refiere a las denominadas anomalías o trastornos mentales o del comportamiento, sino que igualmente toma en consideración cualquier conducta relevante en los procesos de salud/enfermedad y/o bienestar, tanto de los individuos como de los grupos humanos.

## **FUNCIONES DEL PSICÓLOGO CLÍNICO Y DE LA SALUD**

- 1.- Evaluación/diagnóstico
- 2.- Tratamiento e intervención
- 3.- Consejo, asesoría, consulta y mediación
- 4.- Prevención y promoción de la salud

- 5.- Investigación
- 6.- Formación y supervisión
- 7.- Administración y gestión

## **PROCEDIMIENTOS, TÉCNICAS E INSTRUMENTOS**

- 1.- Momentos de intervención:
  - prevención primaria
  - prevención secundaria
  - prevención terciaria
- 2.- Niveles de intervención:
  - individual
  - grupal
  - familiar
  - comunitaria
  - institucional
- 3.- Técnicas de evaluación
  - entrevista
  - observación
  - autoobservación y autorregistro
  - autoinformes
  - registros psicofisiológicos
- 4.- Uso de informes de otros profesionales
- 5.- Técnicas y procedimientos de intervención
  - técnicas cognitivo-conductuales
  - técnicas psicoanalíticas
  - técnicas centradas en la persona y experienciales

- técnicas de psicoterapias fenomenológicas y existenciales
- técnicas de terapia sistémica

A pesar de la probada eficacia, de la validez y fiabilidad de sus procedimientos, las técnicas cognitivo-conductuales tienen que seguir conviviendo con el resto de las técnicas.

#### BREVE HISTORIA DE LA PSICOLOGÍA CLÍNICA EN ESPAÑA

- Se inscribe en la misma tradición de la Psicología Europea y Norteamericana.
- Francisco Giner de los Rios (1839-1915): Institución Libre de Enseñanza, cuyo boletín contaba con una sección de Psicología-Antropología
- Luis Simarro (1852-1921): Primera Cátedra de Psicología Experimental (Universidad Complutense de Madrid. Facultad de Ciencias)
- Principios s. XX: Psicología Aplicada. Oficinas e Institutos de investigación de Psicotecnia.
- Instituto de Orientación Profesional (Barcelona, 1917) con su sección de Psicometría a cargo de Emilio Mira y López
- Emilio Mira y López (1896-1964): considerado uno de los fundadores de la Psicología aplicada en España. Primera Cátedra de Psiquiatría en España (Universidad de Barcelona, 1933)
- Gonzalo Rodríguez Lafora (1886-1971): psiquiatra y neuropatólogo interesado en la psicopatología infantil y en la higiene mental: Los niños mentalmente anormales (1917). Creación del Instituto Médico-Pedagógico de Carabanchel (1925). Revista Archivos de Neurobiología, Psicología, Fisiología, Histología, Neurología y Psiquiatría (1920)
- Después de la guerra civil la cátedra de Psicología Experimental es trasladada a la Facultad de Filosofía y Letras a cargo del padre Barbado.

- 1948: creación del departamento de Psicología Experimental dentro del Consejo Superior de Investigaciones Científicas (CSIC) bajo la dirección de José Germain que ya en 1946 había fundado la Revista de Psicología General y Aplicada y que se va a constituir en el padre de la recuperación de la Psicología científica en España.
- CSIC: embrión de la Psicología universitaria que vendría de la mano de Yela, Pinillos y Siguán, entre otros.
- Implantación universitaria: Universidad Complutense de Madrid. Escuela de Psicología y Psicotecnia (1953)
- 1960: se dotan cátedras de Psicología en distintas universidades
- 1969: Especialidad de Psicología dentro de Filosofía y Letras. UCM
- 1978: Facultad de Psicología. UCM
- 1980: COP
- 1993: Primera convocatoria P.I.R. a nivel estatal.
- 1995: El 30% de los psicólogos colegiados indican trabajar en el campo de la Psicología Clínica y de la Salud. Creación de la comisión promotora de la especialidad en Psicología Clínica y de la Salud
- 2000: Pendientes de la aprobación definitiva de la especialidad de Psicología Clínica.

Par