



Institut Hospital del Mar
d'Investigacions Mèdiques

INVESTIGACIÓN EN DBT: *destacados del 2020-2021*

Matilde Elices, PhD
SP DBT

DBT-ESTÁNDAR PARA TLP

1. EFICACIA
EFECTIVIDAD

32 ESTUDIOS

2. IMPLEMENTACIÓN

12 ESTUDIOS

3. MECANISMOS
DE ACCIÓN

20 ESTUDIOS

MÁS ALLÁ DE LA DBT-ESTÁNDAR

Stand-Alone Skills Training

DBT-ST

Problemáticas específicas

DBT - SUD

DBT- PTSD

DBT- TA

Poblaciones específicas

DBT-A

DBT-C

I. EFICACIA

- ✓ 75 RCT (4507 participantes)
- ✓ + de 16 tipos diferentes de psicoterapias: DBT, 1/3 de todos los RCTS incluidos, MBT 7 RCT
- ✓ En comparación TAU, DBT fue más eficaz en reducir la gravedad del TLP, autolesiones, y mejorar el funcionamiento psicosocial (0.60-moderate effect). Grado de evidencia: Bajo.

“We are now able to state, for the first time, that BPD-specific psychotherapy seem to be better than usual or control treatments for **reducing BPD severity** in persons affected by BPD, with efect sizes of clinical relevance.”

Psychological therapies for people with borderline personality disorder (Review). Storebo et al., 2020.
Cochrane Database of Systematic Reviews.

I. EFICACIA

“We agree that **DBT treatments in particular, seem to have a more robust evidence base**, due to more clinical trials having been conducted.”

Psychological therapies for people with borderline personality disorder (Review). Storebo et al., 2020.
Cochrane Database of Systematic Reviews.

2. IMPLEMENTACIÓN

¿Cómo implementar DBT en el “mundo real” ?

- ✓ 2013 Plan Nacional para la Implementación de DBT en el ámbito comunitario en Irlanda
- ✓ Implementación de DBT-Estándar por 9 grupos demuestra que la DBT reduce la frecuencia de autolesiones e ideación suicida.
- ✓ Facilitadores: apoyo de la gerencia y dedicación de los miembros del equipo.
- ✓ Barreras: falta de apoyo del sistema para facilitar el coaching telefónico, falta de tiempo exclusivo para DBT

Multisite Implementation and Evaluation of 12-Month Standard Dialectical Behavior Therapy in a Public Community Setting. Flynn et al, 2020, J Pers Disord

Evaluating the national multisite implementation of Dialectical Behaviour Therapy in a community setting: a mixed methods approach, Flynn et al., 2020 BMC Psychiatry

Dialectical behaviour therapy: Implementation of an evidence-based intervention for borderline personality disorder in public health systems. Flynn et al, 2021, Current Opinion in Psychology

3. MECANISMOS DE ACCIÓN

¿Cómo y por qué funciona la DBT?

- ✓ Incremento en la regulación emocional
- ✓ Uso de habilidades (Krantz et al., 2018: efecto de ST en NSSI, efecto mediado por no juzgar; Zeifman et al. 2020, no juzgar como mediador de psicopatología general)
- ✓ Alianza terapéutica (uso de validación; Carson-Wrong, 2018)
- ✓ Cambios neurobiológicos (DBT produce cambios en estructuras cerebrales relacionadas con la RE, Mancke et al., 2018)

Mechanisms of change in dialectical behaviour therapy for people with borderline personality disorder
Lars Mehlum, Current Opinion in Psychology, 2021

DBT-PTSD

- ✓ Objetivo: comparar la eficacia de DBT-PTSD (programa de tratamiento basado en fases) con un tratamiento con evidencia para el PTSD, CPT.
- ✓ Mujeres con historia de abuso sexual infantil y síntomas de PTSD asociados, que además cumplieran con 3 o + criterios para TLP (incluida inestabilidad afectiva).
- ✓ Mejorías significativas en ambos grupos, pero más pronunciadas para DBT-PTSD (más consiguieron remisión de síntomas, y menos abandonaron el tratamiento)

Dialectical Behavior Therapy for Posttraumatic Stress Disorder (DBT-PTSD) Compared with Cognitive Processing Therapy (CPT) in Complex Presentations of PTSD in Women Survivors of Childhood Abuse: A Randomized Clinical Trial. Bohus et al., JAMA Psychiatry, 2020

OTROS: DBT ONLINE

- ✓ Predictor de abandono pre-tratamiento barreras tecnológicas, las características clínicas no aparecieron como predictoras de abandono. Los que abandonaron, reportaron que la sesión I fue menos útil.
- ✓ No hay diferencias significativa en la cohesión con el facilitador, (online vs. presencial) pero sí una menor conexión con el grupo.
- ✓ Más asistencia.

User Experience Affects Dropout from Internet-Delivered Dialectical Behavior Therapy.

Wilks et al, 2020. Telemed J E Health

Therapeutic groups via video teleconferencing and the impact on group cohesion.

Lopez et al., Mhealth, 2020

HACIA DONDE VAMOS

- **EFICACIA:** es necesario aumentar la calidad de los estudios, y llegar a un consenso sobre cual es la mejor medida de resultado en TLP, más allá de criterios diagnósticos deberíamos tomar en cuenta la opinión de los consultantes y sus familiares. Más investigación en adolescentes, hombres infrarrepresentados. Poco seguimiento. Estudiar mecanismos de acción de diferentes enfoques.
- **ADAPTACIONES:** DBT-A, DBT-C necesitan más estudios, igual que DBT-PTSD: ¿Qué ocurre con otros tipos de traumas?
- **DBT-online:** la evidencia actual indican que es viable y seguro realizar psicoterapia online, pero la DBT presenta desafíos extra: multi-componente. Muy pocos estudios sobre la aceptabilidad y eficacia de DBT en formato online.



¡MUCHAS GRACIAS!



melices@imim.es