

¿Es el ensayo clínico controlado aleatorio una metodología adecuada para evaluar la eficacia terapéutica de las psicoterapias?

Is the randomized controlled clinical trial an appropriate methodology to evaluate the therapeutic efficacy of psychotherapies?

Felipe de Souza Andrade Martins¹

Resumen

El uso de técnicas psicoterapéuticas está muy extendido entre psicólogos y psiquiatras, quienes las aplican a los más diversos tipos de trastornos mentales. Actualmente existe una gran cantidad de enfoques teóricos que sustentan las prácticas psicoterapéuticas, los cuales pueden variar dependiendo del estilo de actuación del profesional, sus objetivos, el marco clínico del paciente, el ámbito terapéutico, entre otros. En este contexto, se han empleado diferentes tipos de estudios para evaluar la eficacia de estas técnicas terapéuticas. El ensayo clínico controlado aleatorio (ECCA) es considerado, entre los estudios primarios, como el estándar de oro para la evaluación de la eficacia de métodos terapéuticos que emplean diferentes tipos de fármacos. Sin embargo, cabría preguntarse si el ECCA también sería adecuado para investigar la eficacia clínica de las psicoterapias. Este estudio tiene como objetivo discutir esta cuestión. Para ello se realizará una revisión integradora de la literatura en las bases de datos Lilacs y PubMed. La búsqueda tendrá los descriptores “psychotherapy” y “efficacy” (en la base Lilacs los términos serán utilizados en inglés y portugués), ambos en palabras del título, y el período de tiempo será de diez años. Incluirá: 1) artículos de acceso gratuito en inglés, español o portugués, 2) publicados en revistas científicas y 3) ECCAs, revisiones sistemáticas o metaanálisis de ECCAs que evalúan la eficacia terapéutica de las psicoterapias. Los criterios de inclusión se analizarán mediante la lectura de los resúmenes y, posteriormente, se leerán íntegramente los artículos seleccionados. La hipótesis de la investigación es que las psicoterapias, especialmente las de base cognitiva, son clínicamente efectivas y que las ECCA constituyen una metodología adecuada para su evaluación, bien como para la evaluación de las psicoterapias de base filosófica. La revisión integradora de la literatura tiene como objetivo confirmar, refutar o condicionar esta hipótesis.

Palabras clave

Metodologías de investigación, ensayos clínicos controlados aleatorios, eficacia terapéutica de las psicoterapias.

¹ Psicólogo clínico, estudiante de maestría en Psicología Clínica en la Universidad de São Paulo, Brasil. Este trabajo fue presentado en el 25º Congreso Virtual Internacional de Psiquiatría, Psicología y Salud Mental - Interpsiquis 2024, basado en España, en mayo de 2024, y está siendo publicado en esta revista con autorización del autor. E-mail: psi.felipeandrade@outlook.com.br

Abstract

The use of psychotherapeutic techniques is widespread among psychologists and psychiatrists, who apply them to the most diverse types of mental disorders. Currently there is a large number of theoretical approaches that underpin psychotherapeutic practices, which can vary depending on the professional's style of action, their objectives, the patient's clinical condition, the therapeutic setting, among others. In this context, different types of studies have been used to evaluate the efficacy of such therapeutic techniques. The Randomized Controlled Clinical Trial (RCCT) is considered, among primary studies, as the gold standard for evaluating the efficacy of therapeutic methods that use various types of drugs. However, one could question whether the RCCT would also be suitable for investigating the clinical efficacy of psychotherapies. This study aims to discuss this issue. For this purpose, an integrative review of the literature will be carried out in the Lilacs and PubMed databases. The search will have the descriptors "psychotherapy" and "efficacy" (in the Lilacs database the terms will be used in English and Portuguese), both in words of the title, and the time period will be ten years. Will be included: 1) free access articles in English, Spanish or Portuguese, 2) published in scientific journals and 3) RCCTs, systematic reviews or meta-analyses of RCCTs that evaluate the therapeutic efficacy of psychotherapies. The inclusion criteria will be analyzed by reading the abstracts and, subsequently, the selected articles will be read in their entirety. The research hypothesis is that psychotherapies, especially cognitive-based ones, are clinically effective and that RCCTs constitute an appropriate methodology for their evaluation, as well to evaluate philosophical-based psychotherapies. The integrative review of the literature aims to confirm, refute or condition said hypothesis.

Keywords

Research methodologies, randomized controlled clinical trials, therapeutic efficacy of psychotherapies.

Introducción

La diversidad de enfoques en psicoterapia refleja la complejidad y multidimensionalidad de la práctica clínica en el área de la salud mental, razón por la cual el uso de técnicas psicoterapéuticas es muy variado por parte de los psicólogos y psiquiatras. Tales técnicas están fundamentadas en una gran cantidad de enfoques teóricos y empíricos, los cuales pueden variar dependiendo del estilo de actuación del profesional, sus objetivos, el marco clínico del paciente, el ámbito terapéutico, entre otros.

Muchas de estas técnicas se basan en enfoques teóricos que remontan a la Antigüedad. La Terapia Cognitivo Conductual, por ejemplo, tiene sus raíces en los filósofos estoicos, de la Grecia antigua, así como en enfoques religiosos tales como el budismo y el taoísmo (MURGUIA; DÍAZ, 2015).

Otra escuela psicoterapéutica que se basa en la Filosofía clásica y fue desarrollada en la Edad Media es el Enfoque Psicológico Aristotélico-Tomista, también conocido como Psicología Tomista, la cual viene suscitando un creciente interés por sus resultados en la práctica clínica. Es un enfoque que enfatiza la importancia de la razón, de la voluntad y del propósito en la comprensión de la psique humana, abordando cuestiones como las

potencias (o facultades), los actos y los hábitos humanos, así como la interacción de estos en el desarrollo de la conducta (CAVALCANTI NETO, 2015, 2021).

La riqueza de esta diversidad es evidente para cualquier profesional del campo de la salud mental, que haya tenido contacto con diferentes enfoques desde los primeros años de su formación. Para los usuarios de servicios de salud mental, esta variedad de teorías psicoterapéuticas se ha vuelto cada vez más natural y presente, especialmente dada la gran cantidad de información a la que tenemos acceso actualmente.

Ante tal abanico de teorías y concepciones, se realizaron diferentes estudios con el objetivo de analizar diferentes facetas de los enfoques de la psicoterapia, como, por ejemplo, qué factores están presentes en la psicoterapia para que tenga resultados. En este sentido, la investigación de Wampold (2001 apud WITTCHEN; HARTLING; HOYER, 2015) demostró que, a pesar de las diferencias entre enfoques, el factor común más importante para el éxito clínico es la relación terapéutica entre paciente y profesional de la salud.

Otro punto importante de exploración en relación con las psicoterapias implica analizar la eficacia clínica de los enfoques teóricos. El concepto de eficacia se refiere a la capacidad de lograr resultados significativos en condiciones ideales, es decir, en un ambiente controlado, generalmente con poblaciones específicas y sin considerar cuestiones como tiempo, costo, recursos materiales, esfuerzo, entre otros (HOWARD et al., 1996).

En este contexto, los ensayos clínicos controlados aleatorios (ECCA) representan la piedra angular de la investigación clínica y son ampliamente reconocidos como el estándar de oro para evaluar la eficacia y seguridad de las intervenciones médicas (BUEHLER et al., 2009). Desde su introducción por Austin Bradford Hill y sus colegas en la década de 1940, los ECCAs han desempeñado un papel fundamental en el avance de la medicina basada en evidencia. Como lo destacan Chalmers et al. (2014), los ECCAs son esenciales para proporcionar evidencia de alta calidad sobre los efectos de las intervenciones médicas, ayudando a los médicos e investigadores a tomar decisiones sobre el tratamiento de los pacientes.

La aleatorización, un elemento central de los ECCAs, busca minimizar el sesgo de selección y distribuir equitativamente las características conocidas y desconocidas entre los grupos de tratamiento y control (POCOCK; ASSMAN; ENOS, 2002 apud FOSSALUZA et al., 2008). Esta estrategia es fundamental para garantizar la validez interna del estudio y aumentar la fiabilidad de las conclusiones.

Aunque ampliamente reconocidos por su importancia, los ECCAs no están exentos de críticas. En ciertos contextos clínicos pueden surgir cuestiones éticas, como la asignación aleatoria de pacientes a un grupo de control sin tratamiento (FREEDMAN, 1987). Además, las cuestiones relacionadas con la generalización de los resultados, los costos y el sesgo del investigador también se discuten con frecuencia en la literatura (GUYATT et al., 2015).

A pesar de estas críticas, los ECCAs siguen siendo la columna vertebral de la investigación, proporcionando una base sólida para la toma de decisiones clínicas y contribuyendo significativamente al avance de la práctica clínica. Se podría preguntar, sin embargo, si el ECCA también sería adecuado para investigar la eficacia clínica de las psicoterapias en general, y de las basadas en enfoques filosóficos en particular, una vez

que estas se apoyan en variables mucho más polimorfas que simples medicamentos u otros métodos terapéuticos biológicos, como intervenciones quirúrgicas o electromagnéticas, por ejemplo.

Por esta razón, el presente trabajo tuvo como objetivo revisar el uso del ECCA como instrumento de evaluación de la eficacia de las psicoterapias en general, observando, en particular, si dicho uso se restringe a unos pocos enfoques teóricos o si sería un método eficaz para diferentes teorías psicoterapéuticas, incluyendo las psicoterapias basadas en enfoques filosóficos, como el aristotélico-tomista.

Método

Para lograr este objetivo, se utilizó una revisión integradora de la literatura, que tiene como característica fundamental la recopilación de conocimientos en un área específica al abarcar diferentes tipos de estudio. Por esta razón, este diseño de revisión de literatura permite una especie de síntesis del estado actual de la investigación en el área en cuestión (MARTINS, 2020). La revisión integradora también conserva el potencial de “evaluar la solidez de la evidencia científica en el área estudiada, construir puentes entre áreas relacionadas y señalar los métodos más efectivos que se están utilizando” (RUSSEL 2005 apud MARTINS, 2020).

Nuestra hipótesis de la investigación fue que las psicoterapias, incluso las de base filosófica, como la cognitiva y la aristotélico-tomista, son clínicamente eficaces y que los ECCAs constituyen una metodología adecuada para la evaluación de sus respectivas eficacias. La revisión integradora de la literatura tuvo como objetivo, por lo tanto, confirmar, refutar o condicionar esta hipótesis.

Para la revisión se utilizaron dos bases de datos: Lilacs y PubMed. Los descriptores utilizados fueron “psychotherapy” AND “efficacy”, ambos presentes en el título de los trabajos. En la base de datos Lilacs también se utilizaron los descriptores en lengua portuguesa “psicoterapia” y “eficácia”. El plazo adoptado fue de diez años.

Como criterios de inclusión, adoptamos 1) artículos de libre acceso en Inglés, Español o Portugués, 2) publicados en revistas científicas y 3) ECCAs, revisiones sistemáticas o metaanálisis de ECCAs que evalúan la eficacia terapéutica de las psicoterapias. Estos criterios fueron observados mediante la lectura de los resúmenes de los artículos.

La búsqueda en la base de datos Lilacs con descriptores en Inglés arrojó dos artículos; la búsqueda con descriptores en Portugués resultó en tres artículos, uno de los cuales también apareció en la búsqueda con descriptores en Inglés. Así, el número total de artículos en la base de datos Lilacs, con descriptores en Inglés y Portugués, fue de cuatro artículos.

La base de datos PubMed arrojó veintidós artículos y se utilizaron algunos recursos de filtrado, a saber: en las opciones de filtro “disponibilidad de texto” se seleccionó “texto completo libre”; en el filtro “tipo de artículo” se seleccionaron “metaanálisis”, “ensayo controlado aleatorio” y “revisión sistemática”. El uso de tales filtros tenía como único objetivo facilitar el cumplimiento del primer y tercer criterio, respectivamente.

Luego de la lectura de los artículos en la base de datos Lilacs fue necesario excluir todos los cuatro, justificados por el tercer criterio de inclusión, es decir, no cumplían con el tipo de estudio o, cuando cumplían, no se trató de evaluación de eficacia. Luego de la lectura de los artículos en la base de datos PubMed, se excluyeron ocho artículos, siete por el tercer criterio de inclusión, ya mencionado, y uno por tratarse de un estudio que aún no había concluido. Por tanto, el número total de artículos incluidos en la revisión fue de catorce artículos.

La siguiente tabla presenta los artículos incluidos en esta revisión integradora.

Tabla 1 - artículos incluidos en la revisión integradora

Título	Autores
PubMed incluido	
Efficacy and moderators of short-term psychodynamic psychotherapy for depression: A systematic review and meta-analysis of individual participant data.	Wienicke et al. 2023
Efficacy of interpersonal psychotherapy in mainland China: a systematic review and meta-analysis.	Tang et al. 2023
Comparative efficacy and acceptability of expressive writing treatments compared with psychotherapy, other writing treatments, and waiting list control for adult trauma survivors: a systematic review and network meta-analysis.	Gerger et al. 2021
Efficacy of positive psychotherapy in reducing negative and enhancing positive psychological outcomes: a meta-analysis of randomised controlled trials.	Hoppen; Morina, 2021
Comparative short-term efficacy and acceptability of a combination of pharmacotherapy and psychotherapy for depressive disorder in children and adolescents: a systematic review and meta-analysis.	Xiang et al. 2022
Efficacy and Posttreatment Effects of Therapist-Delivered Cognitive Behavioral Therapy vs Supportive Psychotherapy for Adults With Body Dysmorphic Disorder: A Randomized Clinical Trial.	Wilhelm et al. 2019
Psychotherapy for posttraumatic stress disorder in patients with borderline personality disorder: a systematic review and meta-analysis of its efficacy and safety.	Slotema et al. 2020
Bouldering psychotherapy is effective in enhancing perceived self-efficacy in people with depression: results from a	Kratzer et al. 2021

multicenter randomized controlled trial.	
Safety and Efficacy of Lysergic Acid Diethylamide-Assisted Psychotherapy for Anxiety Associated With Life-threatening Diseases	Gasser et al. 2014
The efficacy of psychotherapy, pharmacotherapy and their combination on functioning and quality of life in depression: a meta-analysis	Kamenov et al. 2017
Long-term efficacy of psychotherapy for posttraumatic stress disorder: A meta-analysis of randomized controlled trials	Kline et al. 2018
Family-Based Interpersonal Psychotherapy (FB-IPT) for Depressed Preadolescents: Examining Efficacy and Potential Treatment Mechanisms	Dietz et al. 2015
Efficacy of meaning-centered group psychotherapy for cancer survivors: a randomized controlled trial	Spek et al. 2017
The Efficacy of Three Modalities of Internet-Based Psychotherapy for Non-Treatment-Seeking Online Problem Gamblers: A Randomized Controlled Trial	Luquiens et al. 2016

Resultados

Cabe señalar como primer resultado de la revisión el hecho de que todos los artículos de la base de datos Lilacs fueron excluidos. Aunque el número de artículos en esta base de datos fue pequeño, la exclusión de todos los artículos sugiere que investigar la eficacia clínica de las psicoterapias no es de interés común para las revistas vinculadas, o que los autores no consideran dichas revistas para su publicación. Estos datos apuntan a la ya conocida primacía norteamericana sobre las prácticas basadas en evidencia.

Los artículos incluidos se analizaron utilizando las siguientes categorías: tipo de estudio, año de publicación, tipo de psicoterapia, población y resultado principal. Algunas de estas categorías sólo nos permitirán un análisis cuantitativo, como año de publicación y tipo de estudio; otros nos permitirán explorar cualitativamente, dada la naturaleza de los datos.

La categoría tipo de estudio hace referencia al diseño de estudio realizado y está compuesta por ECCA, revisión sistemática, metaanálisis o combinaciones entre estos tipos de estudio, por ejemplo, revisión sistemática con metaanálisis. De los artículos incluidos en la revisión, el tipo de estudio más común fue el ensayo clínico controlado aleatorio (n=6), seguido de la revisión sistemática con metaanálisis (n=5). Los estudios de metaanálisis alcanzaron n=3.

Los estudios de revisión sistemática con metaanálisis tienen un gran poder sintético, siendo un recurso valioso para evaluar publicaciones en un área de conocimiento determinada. Aun así, los ECCAs, según nuestra revisión, siguen constituyendo la primera opción a la hora de investigar la eficacia de las psicoterapias.

La prevalencia de ECCA como tipo de estudio utilizado es importante para comprender también la distribución a lo largo de los años de los estudios incluidos en la revisión. El año 2021 tuvo la mayor frecuencia de publicaciones ($n=3$). Hay un elemento histórico que puede explicar el porqué de esta cifra mayor: la pandemia de covid-19. El período de inicio de la pandemia, es decir, el año 2020, estuvo marcado por cambios significativos en diferentes ámbitos de la vida y la sociedad. En este contexto, la ciencia se centró en nuevos fenómenos, consecuencias de la pandemia. Esta idea se ve respaldada por el hecho de que los estudios de este año exploraron diferentes recursos terapéuticos.

Los años 2023 y 2017 alcanzaron el mismo número de publicaciones ($n=2$), con menor variación en el tipo de estudio. Estos datos sugieren que, si bien los ECCAs son un tipo de estudio muy complejo, pueden realizarse en contextos de emergencia de salud pública. Los demás años (2014 a 2022, excepto los ya mencionados anteriormente) alcanzaron tan solo $n=1$ cada uno.

El tipo de categoría de psicoterapia tiene en cuenta el nombre utilizado por los autores en el artículo y se entiende que las traducciones pueden interferir en algún grado con la precisión de las nomenclaturas. En general, los tipos de psicoterapia evaluados en los estudios fueron bastante diversos, lo que concuerda con lo ya explicado sobre la diversidad de enfoques teóricos en psicoterapia.

Para ilustrar el marco de psicoterapias incluidas en la revisión, podemos mencionar la Terapia Cognitivo Conductual, la Psicoterapia Psicodinámica Breve, la Psicoterapia Interpersonal, la Psicoterapia Positiva, la Psicoterapia Interpersonal Familiar, la Farmacoterapia, la Terapia Grupal Centrada en el Significado, la Terapia Grupal de Apoyo, además de la nomenclatura genérica “psicoterapia”, que apareció principalmente en estudios de metaanálisis y revisión sistemática.

En la revisión se incluyeron algunos enfoques relativamente poco comunes, incluida la Escritura Expresiva, la Escalada Terapéutica y la Terapia de Grupo Centrada en el Significado. Los nombres se explican por sí solos. Cabe señalar que los dos últimos fueron comparados con otros enfoques en ECCAs (Terapia Cognitivo Conductual y Terapia de Apoyo Grupal, respectivamente), lo que sugiere su estructuración como un enfoque psicoterapéutico y la búsqueda de una evaluación de su eficacia.

En el contexto del tipo de psicoterapia se destaca la Terapia Cognitivo Conductual, ya que fue utilizada como criterio de comparación en tres ECCAs. Estos datos están en línea con la literatura sobre la solidez de su eficacia y efectividad, lo que permite usarla para compararla con otros enfoques teóricos. Un solo estudio comparó formas de aplicar la TCC, siendo la aplicación guiada por correo electrónico, mediante un libro (sin la participación de un psicoterapeuta) y solo con retroalimentación sobre la conducta objetivo.

La gran mayoría de los estudios tuvieron como población a adultos. En algunos estudios se especificaron las condiciones clínicas ($n=5$) y en otros estudios no hubo especificación, solo se describió que la población era adulta ($n=6$). En la revisión también aparecieron trabajos centrados en niños y adolescentes, pero en menor número ($n=2$). Hubo un estudio que utilizó la población general de un continente, sin especificar edad.

De los estudios que especifican condiciones clínicas, los adultos incluidos eran sobrevivientes de traumas, cáncer, padecían trastorno dismórfico corporal, personalidad borderline o eran adictos al póquer. En cuanto al trabajo con niños y adolescentes, las

poblaciones estuvieron conformadas por niños y adolescentes en uno estudio y por preadolescentes en otro.

El principal resultado de algunos estudios involucra directamente a las psicopatologías, mientras que en otros se relaciona con el nivel de constructos no patológicos. Del total de artículos incluidos en la revisión, la Depresión fue el resultado psicopatológico más frecuente (n=3), seguido del Trastorno de Estrés Postraumático (n=2), Ansiedad (n=1) y Trastorno Dismórfico Corporal (n=1).

Los resultados no patológicos observados fueron nivel de satisfacción con la vida, autoeficacia, calidad de vida y actividad diaria, calidad de vida, nivel de significado de la vida y adicción al juego, cada uno con una frecuencia absoluta igual a 1. Un estudio involucró varias condiciones psicopatológicas a través de una revisión sistemática, incluyendo Depresión Mayor, Depresión Postparto, Trastorno de Ansiedad Generalizada, Fobia Social, Trastorno de Estrés Postraumático y Depresión Postpsicosis.

Esta variada gama de condiciones clínicas apunta al alcance de los estudios que analizan la eficacia de las psicoterapias, ya sea a través de ECCAs o mediante revisiones sistemáticas y metaanálisis.

Discusión

Como se ve, la obtención de evidencia científica implica diferentes métodos. Cada uno tiene una función específica y, por tanto, también tiene un alcance específico. La revisión sistemática, con su característica de observar varios estudios que mantienen el mismo diseño, como el ensayo clínico controlado aleatorio, pero también estudios menos complejos que mantienen un carácter cuantitativo, se revelan todos como herramientas importantes para analizar un conjunto de estudios.

Las revisiones sistemáticas son fundamentales en la ciencia, ya que ofrecen una síntesis integral e imparcial de la evidencia disponible sobre un tema determinado. Este enfoque metódico y transparente es crucial para respaldar las decisiones clínicas, las políticas públicas y las directrices de investigación, promoviendo avances confiables en el conocimiento científico (MOHER et al., 2009; CUMPSTON et al., 2023).

Complementariamente, el metaanálisis juega un papel decisivo en la síntesis cuantitativa de la evidencia, permitiendo una comprensión más precisa y general de los resultados de los estudios individuales. Como se pudo observar en esta revisión integradora, el metaanálisis muchas veces se realiza después de una revisión sistemática, ya que su poder de análisis cuantitativo permite mayor precisión en la estimación de los resultados, además de optimizar la generalización de los resultados y ayudar a identificar la heterogeneidad entre los estudios de la revisión (MOHER et al., 2009).

Respecto a los ECCAs, a pesar de no estar exentos de críticas, la presente revisión integradora parece reforzar la convicción de que constituyen una importante fuente de evidencia científica, específicamente en lo que respecta a la eficacia de los métodos terapéuticos en general, incluidas las terapias y psicoterapias.

Precisamente por esta razón, las críticas dirigidas a los ECCAs fueron objeto de esfuerzos con el objetivo de minimizar los posibles problemas derivados de su uso. Por ejemplo, la crítica sobre la asignación de pacientes a grupos de control que no reciben tratamiento, una crítica importante que toca cuestiones éticas, se resuelve en cierta medida

con el hecho de que el grupo de control, en muchos ECCAs, recibe la intervención después de la finalización del estudio. Es claro que, dependiendo de las circunstancias, este “retraso” en la intervención puede causar sufrimiento, de ahí la importancia de un análisis detallado de los objetivos y métodos de la investigación, generalmente realizado por un comité de ética de la investigación (MOHER; SCHULZ; ALTMAN, 2001; COART et al.2023).

Otra crítica importante dirigida a los ECCAs tiene que ver con el sesgo de los investigadores. Dado el carácter cuantitativo del ECCA, es necesario que el tratamiento de los datos de la investigación se trate de la forma más neutral posible. Para ello, el uso del cegamiento de los evaluadores es un recurso muy oportuno. El cegamiento consiste en separar a los evaluadores de resultados de los terapeutas, de modo que la evaluación final se realiza sin ninguna información sobre el tipo de tratamiento empleado, reduciendo la influencia o el sesgo en el resultado final (WOOD et al., 2008).

Los esfuerzos para hacer que un ECCA sea más seguro se deben a su capacidad para evaluar, de manera muy estructurada, diferentes tipos de métodos e intervenciones de salud. Como se puede observar en esta revisión, han sido evaluadas, mediante el empleo de ECCAs, psicoterapias basadas en diferentes enfoques y contextos teóricos. El uso del ECCA, en algunos casos encontrados en la presente revisión, fue precisamente para analizar terapias que no estaban muy extendidas comparándolas con terapias que ya estaban muy bien establecidas (DEVEREAUX; YUSUF, 2003).

Además de las terapias en sí, los contextos para aplicar un ECCA también son muy variados. Su estructura compleja puede hacer pensar a algunos que la aplicación siempre se lleva a cabo en un laboratorio o en un contexto relacionado con la investigación, pero en realidad la aplicación se puede realizar incluso de forma remota, mediante las diversas modalidades de atendimento on-line, por ejemplo, lo que aumenta significativamente las posibilidades de utilizar los ECCAs.

Consideraciones finales

Como se pudo comprobar a través de esta revisión integradora, la obtención de evidencia científica incluye el uso de diferentes métodos, como revisiones sistemáticas, metaanálisis y ensayos clínicos controlados aleatorios. Estos últimos ganan protagonismo, ya que son considerados en la literatura como el estándar de oro para la obtención de evidencias clínicas. En la misma medida de los beneficios que esto traerá a la ciencia, también genera una alerta y señala la necesidad de tener cuidado en su uso.

Aun así, dado el alcance de la evaluación y los contextos, como se ve en esta revisión, el ECCA constituye un método muy versátil y amplio, lo que sugiere su empleo incluso para la evaluación de la eficacia clínica de nuevas modalidades psicoterapéuticas. Así siendo, parece enteramente razonable e incluso recomendable que también se le utilice para evaluaciones de las terapias basadas en enfoques filosóficos, como el Aristotélico-Tomista.

Sin embargo, es importante resaltar que el ECCA constituye, precisamente, un medio para lograr un fin, es decir, es una herramienta y no un fin en sí mismo. Ahora bien, una herramienta sólo es útil cuando se adapta a la realidad y a su finalidad de la mejor manera posible. Por lo tanto, el uso del ECCA para la evaluación de nuevas modalidades psicoterapéuticas debe tener en cuenta el contexto y los objetivos de

investigación, con el fin de resolver los problemas antes mencionados inherentes al método y también para evitar un eventual sesgo reduccionista, es decir, la consideración del ECCA como la única fuente de evidencia y de avance científico.

Conscientes de los límites de este trabajo, esperamos que pueda ayudar en la toma de decisiones para futuros estudios que utilicen métodos de evaluación de la eficacia en psicoterapia, además de servir como incentivo para seguir investigando los propios métodos de investigación, con el fin de garantizar mejores resultados.

Referencias

BECK, J. S. **Cognitive Therapy: Basics and Beyond**. New York: Guilford, 2011.

BUEHLER, A. M. et al. Como avaliar criticamente um ensaio clínico de alocação aleatória em terapia intensiva. **Revista brasileira de terapia intensiva**, v. 21, p. 2, Jun. 2009. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0103-507X2009000200016>. Disponible en: <https://www.scielo.br/j/rbti/a/S9BGq8GG74qJwYLSNxQxZtK/?lang=pt#>. Consultado en: 23 mar. 2024.

CAVALCANTI NETO, L. H. Principios terapéuticos derivados del enfoque psicológico tomista. In: **CONGRESO INTERNACIONAL VIRTUAL DE PSIQUIATRÍA – INTERPSIQUIS**, 16, febrero 2015. Disponible en: <https://psiquiatria.com/trabajos/19CONF1CVP2015.pdf> . Consultado en: 06 dez. 2023.

CAVALCANTI NETO, L. H. Contribuciones de la Psicología Tomista al diagnóstico y tratamiento en salud mental: un reporte de caso. In: **CONGRESO INTERNACIONAL VIRTUAL DE PSIQUIATRÍA, PSICOLOGÍA Y SALUD MENTAL – INTERPSIQUIS**, 22, mayo 2021. Disponible en: <https://psiquiatria.com/bibliopsiquis/contribuciones-de-la-psicologia-tomista-al-diagnostico-y-tratamiento-en-salud-mental-un-informe-de-caso>. Consultado en: 15 dez. 2023.

CHALMERS, I.; BRACKEN, M. B.; DJULBEGOVIC, B.; GARATTINI, S.; GRANT, J.; GULMEZOGLU, A. M.; HOWELLS, D. W.; IOANNIDIS, J. P. A.; OLIVER, S. How to increase value and reduce waste when research priorities are set. **Lancet**, v. 383, p. 156 - 165, 2014. Disponible en: <https://med.stanford.edu/content/dam/sm/epidemiology/documents/HRP236/Chalmers-Waste-2014.pdf>. Consultado en: 05 ene. 2024.

COART, E.; BAMPs, P.; QUINAUX, E.; STURBOIS, G.; SAAD, E. D.; BURZYKOWSKI, T.; BUYSE, M. Minimization in Randomized Clinical Trials. **Statistics in Medicine**, v. 42, p. 5285 - 5311, 2023. Disponible en: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/epdf/10.1002/sim.9916>. Consultado en: 4 ene 24.

CUMPSTON M, FLEMYNG E, THOMAS J, HIGGINS JPT, DEEKS JJ, CLARKE MJ. Chapter I: Introduction. In: HIGGINS JPT, THOMAS J, CHANDLER J, CUMPSTON M, LI T, PAGE MJ, WELCH VA (editors). **Cochrane Handbook for Systematic Reviews of Interventions version 6.4** (updated August 2023). Cochrane, 2023. Disponible en: www.training.cochrane.org/handbook. Consultado en: 12 dez 23.

DEVEREAUX, P. J.; YUSUF, S. The Evolution of the randomized controlled trial and its role in evidence-based decision make. **Journal of Internal Medicine**, v. 254, n. 2, p. 105 - 113, 2003. Disponível em: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1046/j.1365-2796.2003.01201.x?sid=nlm%3Apubmed>. Consultado em: 5 ene 24.

FOSSALUZA, V.; DINIZ, J.; PEREIRA, B.; MIGUEL, E.; PEREIRA, C. Sequential Allocation and Balancing Prognostic Factor in a Psychiatric Clinical Trial. **Nature Precedings**, 2008. Disponível em: <https://www.nature.com/articles/npre.2008.2102.1#citeas>. Consultado em: 11 dez 2023.

FREEDMAN, B. Equipoise and the Ethics of Clinical Research. **N. Engl. Med.**, v. 317, n. 3, p. 141 - 145, 1987. Disponível em: https://edisciplinas.usp.br/pluginfile.php/7137920/mod_resource/content/1/NEJM%201987%20FREEDMAN%20equipoise%20and%20the%20ethics%20of%20clinical%20research.pdf. Consultado em: 11 dez 23.

GUYATT, G. H.; OXMAN, A. D.; GUNN, E.; KUNZ, R.; FALCK-YTTER, Y.; ALONSO-COELHO, P.; SCHUNEMANN, H. J. GRADE: an emerging consensus on rating quality of evidence and strength of recommendations. **BMJ**, v. 336, p. 924 - 926, 2008. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2335261/pdf/bmj-336-7650-analysis-00924.pdf>. Consultado em: 12 dez 23.

HOWARD, K. I.; MORAS, K.; BRILL, P. L.; MARTINOVICH, Z. Evaluation of Psychotherapy: Efficacy, Effectiveness and Patient Progress. **American Psychologist**, v. 51, n. 10, p. 1059 - 1064, 1996. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/14335350_Evaluation_of_Psychotherapy_Efficacy_Effectiveness_and_Patient_Progress. Consultado em: 03 dez. 2023.

MARTINS, F. S. A. **A música promotora de saúde: uma revisão integrativa de sua utilização enquanto ferramenta psicoterapêutica**. 2020. 65 f. Trabalho de Conclusão de Curso – Departamento de Psicologia, Universidade de Taubaté. Disponível em: <http://repositorio.unitau.br/jspui/handle/20.500.11874/4146>. Consultado em: 9 dez 23.

MOHER, D.; SCHULZ, K. F.; ALTMAN, D. G. The CONSORT statement: revised recommendations for improving the quality of reports of parallel-group randomised trials. **Lancet**, v. 357, p. 1191 - 1194, 2001. Disponível em: [https://www.thelancet.com/pdfs/journals/lancet/PIIS0140-6736\(00\)04337-3.pdf](https://www.thelancet.com/pdfs/journals/lancet/PIIS0140-6736(00)04337-3.pdf). Consultado em: 02 ene 24.

MOHER, D.; LIBERATI, A.; TETZLAFF, J.; ALTMAN, D. G. Preferred reporting items for systematic reviews and meta-analyses: the PRISMA Statement. **Open Medicine**, v. 3, n. 2, 2009. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/51156625_Moher_D_Liberati_A_Tetzlaff_J_Altman_DG_Group_PPreferred_reporting_items_for_systematic_reviews_and_meta-analyses_the_PRISMA_statement_PLoS_Med_6_e1000097. Consultado em: 13 dez 23.

MURGUIA, E.; DÍAZ, K. The Philosophical Foundations of Cognitive Behavioral Therapy: Stoicism, Buddhism, Taoism, and Existentialism. *Journal of Evidence-Based Psychotherapies*, v. 15, n. 1, p. 37-50, 2015. Disponível em: <https://philpapers.org/archive/DIATPF.pdf>. Consultado em: 18 jan. 2024.

WITTCHEN, H.; HARTLING, S.; HOYER, J. Psychotherapy and Mental Health as a Psychological Science Discipline. **Verhaltenstherapie**, v. 25, p. 98 - 109, 2015. Disponible en: <https://karger.com/ver/article-pdf/25/2/98/3606670/000430772.pdf>. Consultado en: 02 ene. 2024.

WOOD, L.; EGGER, M.; GLUUD, L. L.; SCHULZ, K. F.; JUNI, P.; ALTMAN, D. G.; GLUUD, C.; MARTIN, R. M.; WOOD, A. J. G.; STERNE, J. A. C. Empirical evidence of bias in treatment effect estimates in controlled trials with different interventions and outcomes: meta-epidemiological study. **BMJ**, v. 336. Disponible en: <https://www.bmj.com/content/336/7644/601>. Consultado en: 02 ene 24.