

## INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA GRUPAL EN DOLOR CRÓNICO

Jesús Rodríguez-Marín, Sonia Couceiro y Carlos J. van-der Hofstadt (2021)  
Madrid: Ediciones Pirámide

**José Pedro Espada**

*Catedrático de Tratamientos Psicológicos. Universidad Miguel Hernández*

¿Cómo puede la psicología contribuir al manejo del dolor crónico? Esta es una de las principales cuestiones que se abordan en la monografía "Intervención psicológica grupal en dolor crónico", recientemente publicada en Ediciones Pirámide, y con clara vocación de servir como herramienta para el trabajo aplicado en el ámbito de la psicología hospitalaria.

El problema que aborda el libro es especialmente relevante por sus efectos visibles en forma de malestar físico. El dolor es uno de los síntomas más comunes que llevan a las personas a solicitar ayuda médica. Se calcula que en España una de cada seis personas padece dolor crónico. Siendo un fenómeno de base orgánica, la experiencia dolorosa supone una vivencia individual. Como señala el maestro Ramón Bayés, dolor y sufrimiento no son sinónimos. Sin embargo, son fenómenos frecuentemente aparejados, dependiendo precisamente de los aspectos psicológicos. Más allá del propio malestar físico, el dolor es una señal que puede interpretarse como distintos tipos de amenaza, con distintos recorridos y significados, y con mayor o menor posibilidad de cierto control. Indudablemente vivir con dolor crónico implica dificultad o incapacidad para llevar una vida adaptada y con suficiente calidad. También es de reseñar su elevada frecuencia. Que el dolor, pese a ser un síntoma físico, es un fenómeno muy vinculado a aspectos psicológicos, supone una premisa de partida avalada por la ciencia psicológica. Como disciplina que analiza y predice el comportamiento de las personas, aporta conocimiento para comprender mejor el proceso que atraviesa quien experimenta dolor, y un arsenal de estrategias dirigidas a una mejor adaptación a todo tipo de situaciones de la vida que ha de vivirse a pesar del dolor.

La psicología de la salud es una especialidad de extensa tradición en la psicología aplicada. Aprovecho para decir que vendría bien una mayor consolidación aún en el sistema hospitalario español. El papel de la psicología en los procesos de enfermedad, su afrontamiento y manejo, es crucial para entender los procesos en marcha y en el bienestar del sujeto. Porque alivia el sufrimiento emocional aparejado al físico, y por el rol de la regulación de los estados emocionales en problemas físicos como el dolor.

En este libro se presenta un programa planteado para su aplicación de forma grupal, que integra una diversidad de técnicas psicoeducativas y cognitivo-conductuales. El programa persigue fundamentalmente generar y mejorar en el paciente la percepción de control sobre el dolor que experimenta, y enseñarle a influir en sus sensaciones y emociones. Es un programa estructurado en seis sesiones que en el libro se describen paso a paso, y que supone para el profesional una guía detallada para su la intervención.

La lectura de esta monografía es recomendable por sus bondades, de las que señalaré aquí sólo algunas. La primera es que se trataba de un libro necesario. Aunque existen excelentes publicaciones en este campo, los autores aportan su experiencia profesional acumulada en muchos años de trayectoria y cubren un vacío de publicaciones que ofrezcan recursos para la intervención. Es un libro práctico concebido como un instrumento para los profesionales. El programa ha sido ya testado en el ámbito hospitalario y está manualizado para su aplicación. En la parte final del libro se incluyen to-

dos los materiales necesarios para la aplicación del programa, con documentos de lectura para el participante, guiones para la aplicación de técnicas concretas, cuadernos para el paciente, modelos de registro, y otros materiales útiles para su uso con grupos de pacientes.

No puede concluirse esta reseña sin destacar el perfil de sus autores. Jesús Rodríguez-Marín es uno de los padres de la psicología de la salud española y una figura muy destacada en esta disciplina. Sonia Couceiro está especialmente dedicada a la psicooncología, y Carlos van-der Hofstadt es responsable desde hace años de la Unidad de Psicología Hospitalaria del Hospital General Universitario de Alicante. El equipo aún amplia experiencia en el campo de la psicología de la salud, en su desarrollo en el ámbito hospitalario, y una alta especialización en la disciplina. Durante años han integrado la investigación y el trabajo aplicado desarrollando su trabajo asistencial.

Los autores logran hacer atractivo un tema sin duda duro como es el de la psicología del dolor, y aportan un protocolo útil y riguroso, interesante para su lectura por parte de estudiantes y profesionales. Es de agradecer su iniciativa al publicar esta obra y su generosidad por compartir su experiencia, transmitida además de forma amena y orientada a la práctica. Ojalá sigan haciéndolo.