

Divulga UAB

Revista de difusió de la recerca de la
Universitat Autònoma de Barcelona

28/10/2025

Estudian un nuevo abordaje para reducir los síntomas postraumáticos de una pérdida perinatal



Un equipo de la UAB y del Hospital Clínic de Barcelona ha evaluado por primera vez la viabilidad y eficacia preliminar de un protocolo para episodios traumáticos recientes, para prevenir los trastornos derivados de una pérdida perinatal. Los resultados sugieren una reducción de los síntomas depresivos y la intensidad del duelo, pero harán falta estudios con muestras más grandes para confirmarlos.

iStock/Gemalbarra

Investigadoras de la Unidad de Salud Mental Perinatal CLÍNIC-Barcelona, del Servicio de Psiquiatría y Psicología Clínica del Hospital Clínic de Barcelona, y de la Universidad Autónoma de Barcelona, entre otras instituciones, hemos publicado en *Frontiers in Psychiatry* un ensayo piloto controlado aleatorizado para evaluar la viabilidad y la eficacia preliminar del protocolo EMDR-RTEP (Desensibilización y Reprocesamiento por Movimientos Oculares - Reconsolidación de Memorias Emocionales Traumáticas) como intervención precoz tras una pérdida perinatal.

El EMDR es una técnica psicoterapéutica utilizada para ayudar a las personas a superar traumas. Consiste en desensibilizar los recuerdos traumáticos mediante movimientos oculares u otras formas de estimulación bilateral, facilitando así el procesamiento de la

información traumática y la adaptación emocional. El EMDR-RTEP es una variante diseñada específicamente para tratar traumas de gran intensidad o complejidad.

La pérdida perinatal es un acontecimiento profundamente traumático que puede generar síntomas intensos de duelo, ansiedad, depresión y estrés postraumático. En este estudio hemos evaluado, por primera vez, la viabilidad y la eficacia preliminar del protocolo EMDR para episodios traumáticos recientes (EMDR-RTEP) como intervención preventiva para los síntomas postraumáticos derivados de una pérdida perinatal.

Se llevó a cabo un ensayo clínico controlado aleatorizado con diseño abierto en el Hospital Clínic de Barcelona. Se incluyeron 40 mujeres atendidas por pérdida perinatal, que fueron asignadas aleatoriamente a recibir la intervención EMDR-RTEP (n=20) o el tratamiento psicológico habitual (TAU, n=20), basado en asesoramiento psicológico para el duelo y técnicas cognitivas conductuales no centradas en el trauma. Los síntomas postraumáticos, depresivos, ansiosos y la intensidad del duelo perinatal se evaluaron mediante instrumentos estandarizados antes de iniciar el tratamiento y tres meses después de la pérdida (postratamiento).

Los resultados muestran que ambos grupos experimentaron mejoras en los síntomas postraumáticos, depresivos, ansiosos y en la intensidad del duelo perinatal. Las participantes que recibieron la intervención EMDR-RTEP obtuvieron puntuaciones ligeramente más bajas en todos los indicadores postratamiento en comparación con las mujeres que recibieron el tratamiento habitual (TAU), aunque las diferencias no fueron estadísticamente significativas. Además, las madres que recibieron EMDR-RTEP manifestaron un cambio emocional percibido mayor en comparación con las que recibieron TAU ($U = 69,5$; $p = .011$), según la escala de satisfacción CRES-4.

En conclusión, el EMDR-RTEP es una intervención viable, bien aceptada y tolerada por mujeres que han sufrido una pérdida perinatal, y ha mostrado un buen grado de satisfacción. A pesar de la ausencia de diferencias significativas entre los dos grupos de intervención, los resultados sugieren una tendencia positiva, especialmente en la reducción de los síntomas depresivos y la intensidad del duelo en la intervención con EMDR-RTEP. Serán necesarios estudios con muestras más amplias para confirmar estos resultados.

Estel Gelabert; Ada Salgado

Departamento de Psicología Clínica y de la Salud

Universitat Autònoma de Barcelona

Estel.Gelabert@uab.cat, ada.salgado@autonoma.cat

Referencias

Sureda-Caldentey, B., Garcia-Gibert, C., Martínez, A., Giménez, Y., Segú, X., Mallorquí, A., Gelabert, E., Roca-Lecumberri, A., & Torres-Giménez, A. (2025). **Effectiveness of an eye movement desensitization and reprocessing intervention for the prevention of post-traumatic symptoms in perinatal loss: a randomized pilot controlled trial.** *Frontiers in psychiatry*, 16, 1593306. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1593306>

[View low-bandwidth version](#)