

RESUMEN DEL TEMA DE MINDFULNESS INCLUIDO COMO PSEUDOTERAPIA POR EL MINISTERIO Y ACCIONES TOMADAS DESDE EL MÁSTER EN MINDFULNESS DE LA UNIVERSIDAD DE ZARAGOZA

Desde el Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social, y el Ministerio de Ciencia, Innovación y Universidades se presentó en noviembre de 2018 el “Plan de Protección de la Salud frente a las “pseudociencias” y “pseudoterapias”, cuyo objetivo es el estudio y revisión de la eficacia de las pseudoterapias o terapias naturales, así como el desarrollo de normativas estatales al respecto.

Tanto desde el Máster en Mindfulness como desde el grupo de trabajo nacional de mindfulness se apoya esta iniciativa, que fomenta el uso de intervenciones basadas en la evidencia y protege al paciente. Su objetivo es informar de la eficacia de las intervenciones y aquellas que no tengan evidencia científica que no pueda ser ofertada en instituciones sanitarias (hospitales) y docentes (universidades) oficiales

Sin embargo, nuestra preocupación (y el de otras sociedades profesionales) ha surgido a raíz de varias listas aparecidas en redes sociales que, al parecer, han sido generadas por una organización promotora del movimiento “antipseudoterapias”. En ellas se ha incluido el uso de Mindfulness o atención plena en su listado (así como otras psicoterapias de amplia evidencia científica como EMDR), creando confusión y sembrando la duda tanto entre profesionales como en pacientes.

En 2011 el Ministerio de Sanidad publicó un documento sobre este tema en el que se mencionaban diversas terapias incluyéndolas como pseudocientíficas o terapias naturales, en el que, NO CONSTABA Mindfulness. A pesar de que en el informe realizado en 2018 no se incluye un listado oficial, circula por las redes un documento titulado “Documento del Ministerio de Sanidad Modificado”. Se nos ha insistido en que NUNCA ha sido publicada una lista de pseudoterapias por el ministerio.

Como profesionales e investigadores en el campo de Mindfulness, nos ha llegado esta información por distintas vías. Por este motivo, hemos considerado relevante la redacción de un dossier reuniendo la evidencia científica de Mindfulness en términos de eficacia, utilidad clínica y coste-efectividad con el fin de que sirva como alegato a favor de éste. El dossier ha sido elaborado por doctores y doctoras investigadores/as con publicaciones científicas de impacto y proyectos relevantes sobre el tema, tal y como se especifica en el mismo documento. Esperamos que este documento sirva de aval a favor de la evidencia científica que ha recibido el uso de las Intervenciones basadas en Mindfulness (IBMs) en las últimas décadas. El documento fue elaborado por el equipo del Máster en Mindfulness de la Universidad de Zaragoza con miembros nacionales destacados como Joaquim Soler, Albert Feliu y Juan Vicente Luciano (Univ Barcelona), Ausiàs Cebolla (Univ Valencia), Miguel Ángel Santed (UNED, Madrid), etc.

Con los representantes de EMDR y bajo el paraguas del Prof. Santed, presidente de la Conferencia Española de Decanos de Psicología (ya que él está muy relacionado con ambas psicoterapias), hubo una reunión con el Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social. En la reunión se nos informó que NUNCA ha habido listas del Ministerio, ni en 2011 ni en 2018, y que simplemente el tema está en estudio. Agradecieron el dossier enviado que fue muy bien considerado. Por nuestra parte, se ha solicitado que, dado que Mindfulness ha aparecido asociado a listas emitidas derivadas del plan del Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social, se emita un

comunicado oficial sobre la posición del Ministerio y la no inclusión de Mindfulness en ninguna lista de pseudoterapias o terapias pseudocientíficas del mismo, así como la clarificación sobre la existencia de estos listados no oficiales, dada la evidencia probada de mindfulness. Asimismo, se ha solicitado que para la elaboración del plan se consulte a colectivos profesionales e investigadores expertos cada psicoterapia específica y que las decisiones sean tomadas con fundamentación científica.

Si hubiese nuevas informaciones os las iríamos transmitiendo. Queríamos que estuviésteis informados de primera mano sobre todo este tema.

Zaragoza, 25 de febrero de 2019

Fdo: Javier García Campayo y equipo docente del Máster en Mindfulness de la Universidad de Zaragoza