

Técnica Flash – Una revolución en el mundo EMDR?

Por Dr. Adrián Cillo (*)

En 2017, Manfield, P, Llovet, J, Engel, L, y Mandfield, D presentaron una nueva técnica para ser usada en la fase de preparación del protocolo standard de EMDR, cuyo fin era facilitar el reprocesamiento de memorias traumáticas intensas. (1)

La característica especial de la técnica propuesta es que los pacientes no necesitan someterse a recordar una memoria perturbadora con todas las características (imagen, creencia negativa, emoción, sensaciones) sino que se les puede ofrecer una manera de trabajo inicial en el que ni siquiera es necesario recordar el evento claramente.

Las hipótesis de funcionamiento de la técnica propuesta se basa básicamente en la teoría de la reconsolidación de la memoria.

Para Ecker, la reconsolidación, es el mecanismo que explica la curación del trauma, el cual ocurre cuando se recupera y se activa la memoria, esa nueva activación del recuerdo puede alterarse, modificarse o reestructurarse de acuerdo a la nueva información disponible; y esto permite debilitar, actualizar, o reforzar el contenido de lo almacenado (2) Y (5). Existen dos supuestos teoricos principales; el primero sustenta que cuando la memoria es recuperada, las sinapsis que subyacen la ruta o circuito de la memoria se separan o debilitan, implicando que el recuperar información puede interferir en una memoria establecida; por tanto, recordar puede incluso causar la potencial pérdida de la información almacenada. El segundo supuesto indica que para que la memoria no se deteriore debe existir un mecanismo de síntesis proteica que reestablezca el circuito perdido por la recuperación de la información (6)

Hay que tener en cuenta que dicha reconsolidación puede ocurrir incluso en ausencia de emocionalidad, como ocurre por ejemplo, cuando se suprime la misma mediante el uso de medicamentos (3). Dicho de otro modo, la emotividad no es un componente indispensable de la activación para que acontezca la reconsolidación y por lo tanto la curación del trauma.

Según Manfield, el cerebro puede procesar información que emerge y desaparece tan rápidamente que no está en la conciencia consciente, por el mismo mecanismo descrito en la activación subliminal. (4) Esta, es una de los modos con los que se evita la acción potencial de los mecanismos defensivos para acceder a la memoria traumática.

De esta manera, la técnica de flash crea la secuencia de actividad necesaria para la reconsolidación de la memoria, minimizando la conciencia de la misma, de manera tal que disminuye la posibilidad de angustia emocional.

La elección del evento a trabajar requiere idealmente de que se trate de una memoria sin recuerdo alimentador. Durante la técnica el paciente es invitado a pensar en una memoria real o imaginaria, que puede estar relacionada a lugares o situaciones pero también a otros estímulos como música, recuerdos, experiencias con personas, mascotas o aun escenas de películas, al decir de Manfield "saltando con ambos pies a dicha memoria sin siquiera dejar un dedo en el recuerdo traumático". Desde ahí, el clínico realiza estimulación bilateral y aplica la técnica Flash de manera que lo indica el protocolo.

Si bien, el artículo original arroja 4 casos tratados por distintos clínicos, la recolección de datos de Manfield producto de la practica de los entrenados en sus seminarios el último año ha mostrado datos abrumadoramente positivos en términos de efectividad midiendo el SUDS pre y post tratamiento, el cual se mantiene a las 4 semanas.

Para la mayoría de los entrenados en la técnica, ésta, implica un antes y un después en la manera de trabajar con el modelo psicoterapéutico EMDR y probablemente provoque cambios en el promisorio futuro de la misma.

(*)Médico Psiquiatra. Terapeuta Certificado y Supervisor EMDR – EMDR IBEROAMERICA ARGENTINA. cilloadrian@gmail.com

Bibliografía:

- (1) Manfield, P, Lovett, J., Engel, L., & Manfield, D. (2017). Use of the Flash technique in EMDR therapy: Four case examples. *Journal of EMDR Practice and Research*, 11, 195-205.
- (2) Ecker, B., Ticic, R., & Hulley, L. (2012). *Unlocking the emotional brain: Eliminating symptoms at their roots using memory reconsolidation*. New York: Routledge.
- (3) Barreiro, K. A., Suárez, L. D., Lynch, V. M., Molina, V. A., & Delorenzi, A. (2013). Memory expression is independent of memory labilization/reconsolidation. *Neurobiology of learning and memory*, 106, 283-291.
- (4) Manfield, D. (1997). *Subliminal priming and mood: A preliminary study*. University of Natal.
- (5) Schwabe, L., Karim, N., Jens, P. (2014). Reconsolidation of human memory: Brain Mechanisms and Clinical Relevance. *Biol Psychiatry* 76, 274 -280
- (6) Nader, K. (2003) Memory traces unbound. *Trends in Neurosciences*, 26, 65-72