

## REVISIONES DE LIBROS

---

Enrique Echeburúa (2004): *Superar un trauma: El tratamiento de las víctimas de sucesos violentos*. Madrid: Pirámide. 215 páginas. ISBN 84-368-1900-4

Los sucesos traumáticos pueden corresponder, bien a sucesos vitales mayores más o menos normativos (p.ej., la pérdida de un hijo, una violación, etc.), o bien a sucesos excepcionales extremadamente traumáticos como, por ejemplo, los asociados a actos de terrorismo o a las catástrofes naturales (véase Sandín, 1999). Desgraciadamente, tanto unos como otros son hartos frecuentes en estos tiempos. Quién no recuerda los efectos desastrosos de las repetidas catástrofes que se vienen sucediendo en diversas zonas de la geografía mundial, como los del maremoto («tsunami») que arrasó Malasia, Indonesia, Tailandia, la India y otra áreas del sureste asiático (ocurrido en diciembre de 2004), o los, aún palpitantes, del huracán Katrina en el área de Nueva Orleans (E.U.) y otras áreas de Estados Unidos (ocurrido hace tan sólo unos días), por citar ejemplos de las catástrofes naturales más recientes. Nadie ha olvidado tampoco los sucesos traumáticos, y sus dramáticas consecuencias, perpetrados recientemente por grupos terroristas, como los del 11 de septiembre (2001; destrucción de las Torres Gemelas de Nueva York), 11 de marzo (2004; bombas en los trenes de cercanías Madrid-Atocha), y 7 de julio (2005; bombas en el metro de Londres). Otros tipos de sucesos, teóricamente no tan traumáticos (al menos desde el punto de vista de su envergadura social), como los agresiones sexuales, la violencia familiar, los accidentes, o el maltrato infantil, por citar algunos que considero relevantes, son tan frecuentes en nuestra sociedad que tristemente se han

convertido en lo que Holmes y Rahe (1967) bautizaron como acontecimientos «normativos».

Todos estos sucesos traumáticos, no sólo pueden tener consecuencias devastadoras desde el punto de vista físico (p.ej., lesiones), económico y social, sino que fundamental y especialmente suelen tener dramáticas consecuencias psicológicas (lo que el Prof. Echeburúa describe como «daño psicológico»). Esta faceta del trauma, sin embargo, apenas ha sido tratada en los principales libros al uso que se han publicado al respecto. Como indica el propio Echeburúa (p. 30), «La medicina y el derecho penal han prestado atención a las *lesiones físicas* de las víctimas, pero han hecho caso omiso, hasta fechas muy recientes, del *daño psicológico*, que es, en realidad, como una *herida invisible*. De hecho, el daño psicológico sólo está presente como tal en el Código Penal en el caso de la violencia familiar, de las sectas destructivas y del *mobbing* laboral». El presente libro, y éste es uno de los aspectos más novedosos del mismo, se centra precisamente en los aspectos psicológicos de los diferentes tipos de trauma, algo que sin duda se echaba de menos en la literatura sobre el tema en cuestión.

Enrique Echeburúa es Catedrático de Psicología Clínica en la Universidad del País Vasco, y miembro fundador del Instituto Vasco de Criminología, formando parte, así mismo, del Consejo Asesor del Centro Reina Sofía para el estudio de la violencia. Podría decirse, sin duda, que el Prof. Echeburúa es el especialista de mayor prestigio en nuestro país en el campo de la psicología de la violencia y el trauma, y representa el punto de referencia fundamental para la investigación psicopatología y el tratamiento de las cuestiones relacionadas con la violencia

y el trauma. Los contenidos del presente libro están avalados por una larga trayectoria del autor en la investigación y tratamiento de estos problemas, como él mismo ha reflejado en sus múltiples publicaciones, tales como las dedicadas a la violencia familiar (Echeburúa y Corral, 1998; Echeburúa et al., 1999a), a las agresiones sexuales (Echeburúa et al., 1999b), o al trastorno de estrés post-traumático crónico (Echeburúa et al., 1995).

El libro se articula en dos partes diferentes. La Primera Parte se centra en «lo que hay que saber sobre el trauma». Viene a ser una descripción psicopatológica del trauma. La Segunda Parte tiene como aspecto sustantivo la evaluación y tratamiento del trauma («¿Qué se puede hacer para superar el trauma?»).

La Primera Parte consta de 4 capítulos, en los que se describen distintos aspectos relacionados con el trauma. En el Capítulo 1 se establecen los límites del *concepto de trauma*, definiéndose los conceptos de suceso traumático y daño psicológico. El autor dedica una amplia extensión a la conceptualización del daño psicológico y sus características (lesiones psíquicas, secuelas emocionales, y causas del daño psicológico), lo cual constituye una labor digna de especial elogio y valoración, dada la escasez de publicaciones que hayan abordado con rigor esta cuestión central de la psicopatología del trauma. Otras cuestiones abordadas en este capítulo se centran en las características de las víctimas del daño psicológico, en concreto se destaca lo relativo a los tipos de víctimas (directas e indirectas) y en la victimización secundaria (debida a un apoyo deficiente de las instituciones con la víctima, p.ej., la policía, el sistema judicial o los servicios sociales). El Capítulo 2 se centra en la *vulnerabilidad al trauma*. Este es un capítulo particularmente importante, ya que no todas las personas

tienen el mismo riesgo de sufrir victimización («factores de riesgo»), ni todas las personas que sufren victimización reaccionan por igual a un hecho traumático («factores de vulnerabilidad»). De acuerdo con el autor, el trauma suele estar presente en el 15-20% de las personas que sufren un accidente o una catástrofe, pero este porcentaje puede subir hasta el 50-70% en los individuos que han experimentado un suceso violento, como un acto terrorista, la violencia familiar, o las agresiones sexuales (p. 42). En el tercer capítulo se resalta el trauma psicológico asociado a ciertos *tipos específicos de traumas*, en concreto los que arriba conceptuaba como normativos (por el hecho de hacerse «normales» en nuestras vidas cotidianas); específicamente, se trata de las agresiones sexuales en la vida adulta, el abuso sexual en la infancia, la violencia en la relación de pareja, la muerte violenta de un hijo, y los actos de terrorismo de secuestro y tortura. Merece la pena subrayar que todos estos tipos de traumas son presentados por separado de forma concisa, con análisis rigurosos y claros sobre los aspectos de mayor relieve para su conocimiento psicopatológico (perfiles de las víctimas de riesgo, vulnerabilidad, efectos psicológicos, duelo psicológico, etc.). Al final del capítulo, y de forma algo más breve, se abordan otros tipos de trauma, como las catástrofes, los accidentes, y los traumas vicarios (traumas en personas que se ocupan de ayudar a las víctimas). Finalmente, en el último capítulo de esta parte (Capítulo 4) se lleva a cabo, de forma un tanto complementaria a los contenidos del capítulo anterior, una análisis sobre *los sentimientos de culpa* en los individuos que han sufrido algún tipo de trauma; más específicamente, el Prof. Echeburúa resalta los sentimientos de culpa que suelen ser frecuentes en las mujeres maltratadas en el hogar.

La Segunda Parte del libro tiene el mismo número de capítulos que la primera, si bien una orientación más aplicada (evaluación y tratamiento). La primera cuestión, que se trata en el Capítulo 5, se refiere a la *evaluación del daño psicológico*. En un capítulo conciso, el Prof. Echeburúa hace alusión a dos facetas de la evaluación, la evaluación clínica propiamente dicha y la evaluación mediante dictámenes periciales. La exposición de la evaluación clínica incluye la descripción de algunos procedimientos psicométricos específicos apropiados. En cuanto a los dictámenes periciales, se resaltan como principales objetivos el probar la existencia del delito (p.ej., falsas denuncias, testimonios falsos o no válidos, etc.) y valorar-reparar el daño causado a la víctima. Los Capítulos 6 y 7 se refieren al *tratamiento*. En el primero de estos dos capítulos, el autor hace alusión a determinados aspectos generales relacionados con la adecuación o no de determinados tratamientos, tales como la adecuación del uso de fármacos, la terapia individual o grupal, y otras variables básicas que deben tenerse en cuenta (primeros auxilios psicológicos, etc.).

El Capítulo 7 es el más amplio de esta segunda parte y en él se describen formas concretas de tratamiento para las principales perturbaciones asociada a los diferentes traumas. Los tratamientos propuestos se analizan de forma separada para tipo de problema. Entre los problemas que se abordan caben mencionarse los relativos a la regulación de emociones (anestesia emocional, irritabilidad, ansiedad, depresión, sentimientos de culpa), los de pérdida de confianza (déficits de autoestima y habilidades sociales), los relacionados con la reexperimentación del trauma (evitación cognitiva, etc.), y las conductas de evitación. Las estrategias de tratamiento que se proponen varían según el problema de que se trate, pero en todo caso abarcan un amplio aban-

co de los procedimientos de terapia cognitivo-conductual al uso, entre los que se incluyen la distracción del pensamiento, la reestructuración cognitiva, la exposición, la solución de problemas, y las técnicas de relajación y control de la respiración. Como asume el propio Echeburúa, mediante los planteamientos terapéuticos que se hacen en este capítulo, no se trata únicamente de hacer frente al trastorno de estrés postraumático (en el supuesto de se encuentre presente), sino también a otras alteraciones suscitadas por el suceso vivido (p.ej., problemas en las relaciones interpersonales, o dificultades en la regulación de las emociones). Lo más destacable de este capítulo viene dado por el hecho de presentar una guía bien estructurada para el tratamiento diferencial de los principales problemas psicológicos asociados a las experiencias traumáticas, proponiéndose procedimientos específicos para cada uno de ellos.

El libro concluye con una breve presentación sobre *la recuperación del trauma* (Capítulo 8) y un epílogo del Prof. Antonio Beristain (Director H. del Instituto Vasco de Criminología, de San Sebastián) sobre la recuperación y el perdón. En el capítulo se destaca el papel del perdón, los indicadores positivos y negativos de la recuperación, y la prevención de recaídas.

Como comentario final del libro, cabría afirmar que se trata de un libro bien equilibrado, tanto en los contenidos temáticos (se incluyen los principales tipos de sucesos traumáticos) como en la fundamentación clínica y psicopatológica (se abordan tanto los aspectos teóricos como el tratamiento de las víctimas de sucesos traumáticos). El libro constituye tal vez la mejor presentación integrada, en español, sobre el problema genérico del trauma. Lo que realmente caracteriza a este libro, siendo tal vez su aspecto más original y novedoso, es que el libro va más allá de

la descripción de los sucesos traumáticos en sí mismos o sobre cuadros clínicos específicos (sobre estas cuestiones hay diversos libros publicados); el libro, en cambio, se centra en el trauma en sí mismo y en sus manifestaciones clínicas, características y vías de superación. El libro está escrito con rigor, actualidad y claridad, y constituye, sin duda, una herramienta actualizada de indudable valor para la comprensión y tratamiento de los problemas psicológicos asociados a la experiencias traumáticas. El libro refleja la claridad de exposición que caracteriza al autor (incluye además abundantes esquemas y tablas) y es recomendable para quienes deseen un acercamiento científico al problema del trauma (el libro ofrece, al final del mismo, una relación de lecturas recomendadas sobre traumas específicos).

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Holmes, T.H. y Rahe, R. H. (1967). The social readjustment rating scale. *Journal of Psychosomatic Research*, 11, 213-218.
- Echeburúa, E., y Corral, P. (1998). *Manual de violencia familiar*. Madrid: Siglo XXI.
- Echeburúa, E., Corral, P., y Amor, P. (1999). *Las agresiones sexuales*. Madrid: Klinik.
- Echeburúa, E., Corral, P., y Amor, P. (1999). *Violencia familiar*. Madrid: Klinik.
- Echeburúa, E., Corral, P., Zubizarreta, I., y Sarasúa, B. (1995). *Trastorno de estrés post-traumático crónico en víctimas con agresiones sexuales*. La Coruña: Paideia.
- Sandín, B. (Ed.) (1999). *El Estrés psicosocial: Conceptos y consecuencias clínicas*. Madrid: Klinik.

Bonifacio Sandín  
Universidad Nacional de Educación  
a Distancia