

## Una Entrevista a Ignacio (Nacho) Jarero

Por: Jenny Rydberg

*Traducción libre del artículo publicado en inglés en el Journal of EMDR Practice and Research 18(4): 163-165, Diciembre 2024.*

*Nota de Derek Farrell y Jenny Rydberg, Editores del Journal of EMDR Practice and Research:*

*«Ahora que el Journal of EMDR Practice and Research (JEMDR) pasa a una nueva Editorial, la American Association for the Advancement of Science. Es pertinente y fundamental, reflexionar sobre la contribución de la revista a la Investigación y el intercambio de conocimientos desde su creación en julio de 2007.*

*Como coeditores buscamos las opiniones de figuras clave dentro de nuestra Comunidad Internacional de Terapia EMDR, cada una de las cuales, ha desempeñado un papel significativo en la historia de nuestra revista para facilitar esta narrativa.»*

Ignacio (Nacho) Jarero, PhD, Ed. D, es reconocido mundialmente por su trabajo pionero en la provisión de Terapia de Reprocesamiento y Desensibilización por Movimientos Oculares (EMDR por sus siglas en inglés), en formato grupal, presencial y online, mismo que se extiende a Intervenciones Psicosociales Avanzadas, basadas en el Modelo del Sistema de Procesamiento de la Información a estados Adaptativos (SPIA/PAI). Para atender poblaciones expuestas a situaciones traumáticas, así como proveer Protocolos de Tratamiento basados en el SPIA/PAI para atención presencial y a distancia.

Por sus servicios humanitarios en todo el mundo, con más de 200 despliegues trabajando en los peores escenarios, recibió: el *Francine Shapiro Award*, el *International Crisis Response Leadership Award* y el *Psychotrauma Trajectory Award*.

El Dr. Jarero también fue galardonado con el: *Premio a la Investigación Sobresaliente de la Asociación Internacional de EMDR (EMDRIA)*. Y desempeñó un papel clave en la “Sociedad Internacional de Estudios sobre el Estrés Traumático” (ISTSS por sus siglas en inglés), respecto a la conclusión de que la Terapia EMDR, es un tratamiento basado en la evidencia científica para tratar el Trastorno de Estrés Agudo.

Asimismo, es Miembro Fundador del “Council of Scholars for the Future of EMDR Therapy Project” en el *Research Working Group*. Miembro del “ISTSS Research Special Interest Group” (SIG). Editor Asociado de la revista “Frontiers in Public Health”. Y Revisor de la revista “Journal of EMDR Practice and Research” (JEMDR). Así como de las revistas de Elsevier: “Frontiers in Psychology” y “Frontiers in Psychiatry”.

**Jenny Rydberg:** ¿Puede compartir su viaje personal y cómo se involucró con la Terapia EMDR?

**Nacho Jarero:** Fue en 1997: Mientras asistíamos a una Conferencia sobre Terapia Familiar en la Ciudad de México, mi esposa la Professor Lucina (Lucy) Artigas y yo, entramos en una pequeña sala de conferencias donde una mujer de Estados Unidos hablaba sobre EMDR. Se presentó como entrenadora del Instituto EMDR y cuatro semanas más tarde, nos estaba entrenando a Lucy y a mí en la primera parte de la formación básica de EMDR. Meses después nos informaron de que no era entrenadora del Instituto EMDR y fue entonces que recibimos la Formación Oficial en la Ciudad de México un año después, en 1998.

**Jenny Rydberg:** ¿Cuáles fueron los retos iniciales y los avances que encontró en las primeras etapas del desarrollo o la práctica de la Terapia EMDR?

**Nacho Jarero:** Desde 1998 Lucy y yo nos hemos enfrentado a cuatro retos principales, mientras hemos proporcionado Terapia EMDR a sobrevivientes de desastres naturales o provocados por el hombre, por ejemplo, la pandemia. Éstos han dado lugar a grandes avances en este campo:

El primero fue en 1998 tras el paso del Huracán Paulina por las costas de dos estados de la República Mexicana. El reto era cómo proporcionar Terapia EMDR individual en un formato grupal, para lograr aliviar el sufrimiento de muchas personas con un número limitado de terapeutas EMDR.

La solución fue el desarrollo del “Protocolo Grupal e Integrativo de Terapia EMDR” (EMDR-IGTP por sus siglas en inglés) para la Intervención Temprana con Terapia EMDR y el método del *Abrazo de la Mariposa* para la estimulación bilateral, autoadministrada durante la Terapia EMDR. Este método es creación de Lucy.

El segundo fue unos años más tarde, cuando nos dimos cuenta de que muchas poblaciones vivían con Experiencias Adversas Prolongadas recientes, presentes o pasadas, por ejemplo: estrés traumático continuado o prolongado. Para abordar a estas poblaciones, desarrollamos el “EMDR-IGTP para Estrés Traumático Continuado y el “Protocolo EMDR para Incidentes Críticos Recientes y Estrés Traumático Continuado” (EMDR-PRECI).

El tercero fue justo después del terremoto del 19 de septiembre de 2017 en la Ciudad de México. El reto era cómo tratar los síntomas de intrusión del trastorno de estrés agudo y del trastorno de estrés postraumático (TEPT), con el fin de ayudar a regular el sistema nervioso autónomo de miles de sobrevivientes de manera eficiente, eficaz y segura. La respuesta fueron los “Protocolos de Tratamiento para la Estabilización del Síndrome de Estrés Agudo” (ASSYST por sus siglas en inglés).

El cuarto reto fue la pandemia de COVID-19, durante la cual desarrollamos y realizamos investigaciones sobre las versiones en línea de nuestros Protocolos anteriormente mencionados. A julio de 2024, nuestros Protocolos y Procedimientos cuentan con 79 artículos publicados revisados por pares, siendo así los que tienen el mayor número de investigaciones en el campo de la intervención temprana y el estrés traumático continuado con Terapia EMDR.

**Jenny Rydberg:** En su opinión ¿Qué papel ha desempeñado el “Journal of EMDR Practice and Research” o JEMDR, en la evolución de la Terapia EMDR, hasta convertirse en una Intervención de Tratamiento del Trauma reconocida internacionalmente y basada en la evidencia científica?

**Nacho Jarero:** Debido a que el JEMDR no era de acceso abierto y no tenía un factor de impacto. Su papel en la evolución de la Terapia EMDR hasta convertirse en una intervención de tratamiento del trauma, reconocida internacionalmente y basada en la evidencia científica, fue limitado. Esta también fue la razón por la que los investigadores buscaron publicar sus trabajos en otras revistas. Confío en que la transición a la “American Association for the Advancement of Science/Science Partner Journals”, permitirá al JEMDR tener un mayor impacto en la evolución de la Terapia EMDR.

**Jenny Rydberg:** ¿Cómo describiría el estado actual de la evidencia de investigación que apoyan la Terapia EMDR?

**Nacho Jarero:** Me preocupa este tema. Como sabemos, las guías internacionales de práctica clínica son fundamentales para apoyar el uso de una determinada terapia. Esas guías basan en gran medida sus recomendaciones en revisiones sistemáticas. En la actualidad una de las revisiones sistemáticas más influyentes, es la publicada por la “Agency for Healthcare Research and Quality” (AHRQ).

Solo cinco estudios de Terapia EMDR se incluyeron en la revisión sistemática, que abarcó desde el 1 de junio de 2018 hasta el 3 de marzo de 2023 (casi cinco años). Cuatro de éstos recibieron un alto *riesgo general de sesgo* y ninguno de ellos fue: sobre Intervención Temprana con Terapia EMDR, Terapia EMDR Grupal o se llevó a cabo en los Estados Unidos. La Terapia EMDR se está quedando atrás y eventualmente esto, tendrá un impacto en la práctica de la Terapia EMDR y en las Organizaciones Nacionales de Terapia EMDR en todo el mundo.

**Jenny Rydberg:** ¿Qué estudios o descubrimientos recientes le parecen especialmente convincentes o dignos de mención?

**Nacho Jarero:** El publicado en 2023 en el Journal of Traumatic Stress titulado «State of the Science: Eye Movement Desensitization and Reprocessing (EMDR) Therapy», de De Jongh y otros, 2024.

**Jenny Rydberg:** ¿Podría describir brevemente este artículo y por qué le parece importante?

**Nacho Jarero:** Este artículo describe el estado actual de la evidencia de la Terapia EMDR, resume el soporte científico a su eficacia, efectividad y seguridad y discute su aplicabilidad a través de culturas y poblaciones diversas. Finalmente concluye con sugerencias para direcciones futuras, con el fin de desarrollar la base de investigación y las aplicaciones de la Terapia EMDR.

**Jenny Rydberg:** ¿Cuáles son las implicaciones de este trabajo y cómo pueden integrarse sus resultados y conclusiones en la práctica clínica?

**Nacho Jarero:** Para mí una de las principales implicaciones, es informar a la comunidad de salud mental en todo el mundo acerca de la evidencia científica sustancial que apoya la terapia EMDR.

EMDR México tiene este documento en su sitio web en la sección: «¿Qué es la terapia EMDR?». En términos de práctica clínica, este documento fomenta las Aplicaciones Transculturales de la Terapia EMDR en todo el mundo y su uso con minorías como: personas que viven con adversidad crónica, discriminación, trauma racial, en zonas de desastre y refugiados.

**Jenny Rydberg:** ¿Cuáles son las preguntas de investigación más apremiantes que siguen sin respuesta en el campo de la Terapia EMDR?

**Nacho Jarero:** Para mí es una: ¿El protocolo estándar de terapia EMDR o cualquier otro protocolo EMDR, previene el desarrollo del Trastorno de Estrés Posttraumático (TEPT)? Hoy en día, ninguna guía de práctica clínica recomienda ninguna terapia centrada en el trauma con el objetivo de prevenir el diagnóstico de TEPT, debido a la falta de evidencia científica de alta calidad.

**Jenny Rydberg:** ¿Podría compartir algún enfoque o desarrollo innovador que considere emocionante para la Terapia EMDR, para el futuro y la próxima generación?

**Nacho Jarero:** Lo que puedo compartir para las generaciones presentes y futuras es mi artículo titulado «Herramientas prácticas de investigación para mejorar la calidad de la investigación en terapia EMDR» (Jarero, 2024). Para que realicen estudios de investigación de alta calidad que puedan ser incluidos en la revisión sistemática de la AHRQ y repercutan positivamente en la Terapia EMDR y en las guías de práctica clínica internacionales. Está disponible en línea en <https://tinyurl.com/2ex2cj4n>.

**Jenny Rydberg:** ¿Qué mejoras o cambios son necesarios en la formación y educación de los futuros clínicos/terapeutas EMDR en las partes del mundo con las que está familiarizado?

**Nacho Jarero:** Estoy familiarizado con la Región Latinoamericana, donde la mayoría de las universidades enseñan Terapia Psicoanalítica, Cognitivo-Conductual u otros enfoques diferentes, pero la terapia EMDR es prácticamente desconocida para los estudiantes.

Por lo tanto, una mejora y un cambio importante que la “Alianza EMDR para Latinoamérica y el Caribe” (EMDR ALAC, nuestra Asociación Regional de EMDR) está llevando a cabo, es la implementación de una estrategia de medios sociales para informar a las y los estudiantes y profesionales de la salud mental sobre la existencia de la Terapia EMDR y las oportunidades de entrenamiento.

**Jenny Rydberg:** ¿Cuál espera que sea el legado de su trabajo en el campo de la Terapia EMDR?

**Nacho Jarero:** Seguir utilizando nuestros Protocolos de Terapia EMDR en todo el mundo, para aliviar el sufrimiento humano producido por el trauma y publicar los correspondientes estudios de investigación de alta calidad.

**Jenny Rydberg:** ¿Qué último mensaje o consejo le gustaría compartir con los profesionales, investigadores y estudiantes de la Terapia EMDR?

**Nacho Jarero:** A los investigadores veteranos les aconsejo que, como primer paso, asesoren a las nuevas generaciones y les enseñen a ser buenos revisores.

Para las y los jóvenes investigadores mi consejo es que siempre desafíen a sus mentores con preguntas inteligentes. Así mantendrán a sus mentores alerta y estudiando.

Para los estudiantes y profesionales de la Terapia EMDR mi consejo es que pidan siempre a sus profesores o entrenadores pruebas de lo que dicen. Así éstos se mantendrán al día.

Y para todos ustedes, mantener siempre una “mente de principiante”.

*Abrazo de Mariposa para todos.*

**Jenny Rydberg:** ¡Muchas gracias, Nacho!

## Referencias

1. De Jongh, A., De Roos, C., & El-Leithy, S. (2024). State of the science: Eye Movement Desensitization and Reprocessing (EMDR) therapy. *Journal of Traumatic Stress, 37*(2), 205–216. <https://doi.org/10.1002/jts.23012>  
[Google ScholarPubMed](#)
2. Jarero, I. (2024). *Practical research tools to improve the quality of EMDR therapy research*. ResearchGate. [https://researchgate.net/publication/371810685\\_PRACTICAL\\_RESEARCH\\_TO\\_IMPROVE\\_THE\\_QUALITY\\_OF\\_EMDR\\_THERAPY\\_RESEARCH](https://researchgate.net/publication/371810685_PRACTICAL_RESEARCH_TOOLS_TO_IMPROVE_THE_QUALITY_OF_EMDR_THERAPY_RESEARCH)  
[Google Scholar](#)

## Divulgación:

El autor no tiene intereses financieros relevantes ni afiliaciones con ningún interés comercial relacionado con los temas tratados en este artículo.