

**IMPLICACIONES PRÁCTICAS DEL EYE MOVEMENT DESENSITIZATION
REPROCESSING COMO TERAPIA COGNITIVO-CONDUCTUAL**
**PRACTICAL IMPLICATIONS OF EYE MOVEMENT DESENSITIZATION
REPROCESSING AS A COGNITIVE-BEHAVIORAL THERAPY**

**Autores: ¹Carlos Fernando Moya López, ²Luz Angela Espinoza López, ³Willian Benito Guamán
Álvarez y ⁴Fanny Janeth Achina Cualchi.**

¹ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-1029-1484>

²ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0005-8211-7281>

²ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0003-6643-2711>

⁴ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0007-7736-6624>

¹E-mail de contacto: carlos.moya@uaw.edu.ec

²E-mail de contacto: luzprinangiesa@gmail.com

³E-mail de contacto: willian.guaman@uaw.edu.ec

⁴E-mail de contacto: fanny.achina@uaw.edu.ec

Afiliación: ¹³⁴Universidad Amawtay Wasi, (Ecuador). ²Investigador independiente, (Perú).

Artículo recibido: 10 de Agosto del 2025

Artículo revisado: 14 de Agosto del 2025

Artículo aprobado: 23 de Agosto del 2025

¹Magíster en Diseño Curricular y Evaluación Educativa graduado de la (Universidad Técnica de Ambato, (Ecuador). Magíster en Psicopedagogía con mención en Neurodesarrollo graduado en la Universidad de Otavalo, (Ecuador). Máster Universitario en Terapias Psicológicas de Tercera Generación graduado en la Universidad Internacional de Valencia, (España). Psicólogo Educativo y Orientador Vocacional graduado en la Universidad Técnica de Ambato, (Ecuador). Catedrático universitario en la Universidad Intercultural de las Nacionalidades y Pueblos Indígenas Amawtay Wasi, (Ecuador). Investigador Senescyt, Web of Science Researcher.

²Magíster en Psicología Clínica con mención en Intervención de Niños y Adolescentes de la Universidad Peruana Cayetano Heredia (Perú). Máster en Terapias de Tercera Generación de la Universidad Internacional de Valencia, (España). Psicóloga Clínica de la Universidad de San Martín de Porres, (Perú). Psicoterapeuta y Especialista en Terapia Cognitivo Conductual en Niños, Adolescentes y Adultos. Psicoterapeuta y Especialista en Terapias Contextuales especialmente en Terapia de Aceptación y Compromiso, Activación Conductual, Psicología Positiva y Mindfulness, Especialista en Pareja y Familia. Especialista en Violencia de Género, Violencia Familiar y Dependencia Emocional, con diplomados y cursos de especialización en Psicología Educativa, Pedagogía, Coaching y Liderazgo, Diagnóstico y Tratamiento en Neurodiversidad y Discapacidad (TDAH, TEA, enfermedades crónicas y otros) y Arteterapia. Actualmente se desempeña como Psicóloga Clínica y Psicoterapeuta en la Consulta Privada y Capacitadora en diferentes instituciones, además es Psicóloga Educativa y Capacitadora en la Instituto de Arte Perú Clown y es Orientadora Psicopedagógica en la Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas, (Perú); donde realiza orientaciones socioemocionales y psicopedagógicas a estudiantes, padres y docentes, brinda orientaciones a estudiantes neurodiversos y con discapacidad y desarrolla clases, charlas, talleres y programas de regulación emocional.

³Licenciado en Psicología, estudiante de la Maestría en Educación con mención en Docencia en Educación Superior e Investigación de la Universidad Estatal de Milagro, (UNEMI). Participación en proyectos de vinculación y de investigación en la Universidad de Cuenca, (Ecuador) en la Facultad de Psicología. Técnico Docente en la Universidad Intercultural de las Nacionalidades y Pueblos Indígenas Amawtay Wasi, (Ecuador).

⁴Magíster en Innovación en Educación graduado de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador Sede Ibarra, (Ecuador). Técnico Docente en la Universidad Amawtay Wasi, (Ecuador) con experiencia de docente universitario (1 año). Docente del Ministerio de Educación (5 años).

Resumen

El presente estudio tiene como objetivo actualizar y difundir información científica sobre la aplicación de la terapia Eye Movement Desensitization and Reprocessing dentro del marco de la Terapia Cognitivo-Conductual en el tratamiento de trastornos relacionados con el trauma. Se realizó una revisión bibliográfica sistemática de artículos publicados entre 2020 y 2025 en bases de datos internacionales, incluyendo Scopus, PubMed, Web of Science y Scielo, priorizando estudios experimentales, cuasi-experimentales, revisiones sistemáticas y

meta-análisis. Los hallazgos evidencian que EMDR, tanto de manera individual como grupal y en modalidades en línea, es eficaz en la reducción de síntomas de estrés postraumático, ansiedad y depresión, mostrando efectos sostenidos en el tiempo. Además, la combinación de EMDR con TCC permite abordar de forma integral los aspectos cognitivos y emocionales del trauma, favoreciendo una recuperación más rápida y completa. La investigación también resalta la adaptabilidad de EMDR a distintos contextos culturales y poblacionales, incluyendo adolescentes, adultos, personas con

discapacidades intelectuales y trabajadores expuestos a situaciones traumáticas. Los resultados indican que diferentes protocolos de EMDR, como G-TEP o EMDR 2.0, son igualmente efectivos, y que la integración con técnicas de reestructuración cognitiva y exposición imaginativa potencia los beneficios terapéuticos. Este estudio subraya la importancia de actualizar y difundir información científica sobre EMDR dentro de la TCC, contribuyendo a la capacitación de profesionales de la salud mental y a la implementación clínica de tratamientos basados en evidencia para pacientes con trastornos relacionados con el trauma.

Palabras clave: Implicaciones prácticas, Eye Movement Desensitization Reprocessing, Terapia Cognitivo-Conductual.

Abstract

The present study aims to update and disseminate scientific information on the application of Eye Movement Desensitization and Reprocessing therapy within the framework of Cognitive Behavioral Therapy in the treatment of trauma-related disorders. A systematic bibliographic review was conducted of articles published between 2020 and 2025 in international databases, including Scopus, PubMed, Web of Science, and Scielo, prioritizing experimental, quasi-experimental studies, systematic reviews, and meta-analyses. Findings indicate that EMDR, both individually and in group or online modalities, is effective in reducing symptoms of post-traumatic stress, anxiety, and depression, showing sustained effects over time. Furthermore, combining EMDR with CBT allows for a comprehensive approach to the cognitive and emotional aspects of trauma, promoting faster and more complete recovery. The research also highlights EMDR's adaptability to different cultural and population contexts, including adolescents, adults, individuals with intellectual disabilities, and workers exposed to traumatic situations. Results indicate that different EMDR protocols, such as G-TEP or EMDR 2.0, are equally effective, and that integrating cognitive

restructuring and imaginal exposure techniques enhances therapeutic benefits. This study emphasizes the importance of updating and disseminating scientific information on EMDR within CBT, contributing to the training of mental health professionals and the clinical implementation of evidence-based treatments for patients with trauma-related disorders.

Keywords: Practical implications, Eye Movement Desensitization and Reprocessing, Cognitive Behavioral Therapy.

Sumário

O presente estudo tem como objetivo atualizar e disseminar informações científicas sobre a aplicação da terapia Eye Movement Desensitization and Reprocessing no âmbito da Terapia Cognitivo-Comportamental no tratamento de transtornos relacionados ao trauma. Foi realizada uma revisão bibliográfica sistemática de artigos publicados entre 2020 e 2025 em bases de dados internacionais, incluindo Scopus, PubMed, Web of Science e Scielo, priorizando estudos experimentais, quase-experimentais, revisões sistemáticas e meta-análises. Os achados indicam que o EMDR, tanto de forma individual quanto em modalidades grupais ou online, é eficaz na redução dos sintomas de estresse pós-traumático, ansiedade e depressão, apresentando efeitos sustentados ao longo do tempo. Além disso, a combinação do EMDR com a TCC permite abordar de maneira integral os aspectos cognitivos e emocionais do trauma, favorecendo uma recuperação mais rápida e completa. A pesquisa também destaca a adaptabilidade do EMDR a diferentes contextos culturais e populacionais, incluindo adolescentes, adultos, pessoas com deficiência intelectual e trabalhadores expostos a situações traumáticas. Os resultados indicam que diferentes protocolos de EMDR, como G-TEP ou EMDR 2.0, são igualmente eficazes, e que a integração com técnicas de reestruturação cognitiva e exposição imaginária potencializa os benefícios terapêuticos. Este estudo enfatiza a importância de atualizar e disseminar informações científicas sobre o EMDR dentro

da TCC, contribuyendo para a capacitação de profissionais de saúde mental e para a implementação clínica de tratamentos baseados em evidências para pacientes com transtornos relacionados ao trauma.

Palavras-chave: Implicações práticas, Eye Movement Desensitization and Reprocessing, Terapia Cognitivo-Comportamental.

Introducción

Eye Movement Desensitization and Reprocessing (EMDR) es una psicoterapia desarrollada en la década de 1980 que combina la evocación de memorias traumáticas con estimulación bilateral (como movimientos oculares) con el fin de facilitar el procesamiento adaptativo de dichas memorias y reducir la carga emocional asociada. Una revisión sistemática reciente, que incluyó estudios hasta junio de 2023, encontró que 11 de 16 estudios clínicos mostraron mejoras significativas en síntomas de trastorno de estrés postraumático (PTSD) tras terapia EMDR, comparados con controles, apoyando su efectividad en contextos clínicos modernos (Vereecken y Corso, 2024). Al respecto, la Terapia Cognitivo-Conductual (TCC) con enfoque traumático (TF-CBT) es ampliamente reconocida como tratamiento de primera línea para PTSD; se basa en la premisa de que los síntomas surgen de interpretaciones cognitivas disfuncionales, las cuales pueden modificarse mediante reestructuración cognitiva, exposición y técnicas conductuales. Un meta-análisis en red que incluyó estudios hasta marzo de 2021 evidenció que tanto EMDR como TF-CBT presentaron efectos significativos y cercanos (SMD entre -1.53 y -0.75) en la reducción de síntomas postratamiento, siendo el efecto a corto plazo de EMDR incluso superior (SMD = 1.02), lo que respalda la eficacia de la TCC en el tratamiento del PTSD en adultos (Chou et al., 2023).

La integración del componente sensoriomotor de EMDR con el marco estructurado de TF-CBT parece prometedora, ya que ambos enfoques se dirigen a las bases cognitivas del trauma, pero combinan estrategias diferentes. Sin embargo, una revisión individual por datos de participantes (IPDMA) publicada en 2024 concluyó que no existen diferencias significativas entre EMDR y otras intervenciones psicológicas (incluyendo TF-CBT) en términos de reducción de síntomas, respuesta, remisión o tasas de abandono, lo que sugiere que la eficacia percibida de EMDR podría no sobrepasar la de la TCC estructurada, aunque varía según características individuales como género o situación laboral (Wright et al., 2024). A pesar de la creciente evidencia científica que respalda la eficacia de la terapia EMDR en el tratamiento de trastornos relacionados con el trauma, su integración en la práctica clínica sigue siendo limitada, especialmente en el contexto de la Terapia Cognitivo-Conductual. Un estudio realizado por Hammond et al. (2023) señala que muchos clínicos no están familiarizados con la aplicación conjunta de EMDR y TCC, lo que puede deberse a la falta de formación específica y a la escasa difusión de información actualizada sobre protocolos combinados. Además, la implementación de estrategias de difusión y capacitación efectivas sigue siendo un desafío. Pfeiffer (2024) identificó barreras comunes en la implementación de tratamientos basados en evidencia, como la falta de recursos y la resistencia institucional, lo que dificulta la adopción generalizada de enfoques terapéuticos innovadores. Esta situación resalta la necesidad urgente de actualizar y difundir información científica precisa y accesible sobre la aplicación de EMDR dentro de la TCC, promoviendo tanto la capacitación profesional como la implementación clínica de tratamientos combinados más efectivos.

Este estudio, fundamentado en una revisión bibliográfica sistemática, se propone actualizar y sintetizar el conocimiento existente sobre la aplicación de EMDR dentro de la TCC, abordando una problemática persistente: la limitada difusión y actualización de información relevante en la práctica clínica. La recopilación de evidencia reciente permite identificar avances terapéuticos, evaluar resultados de eficacia comparativa y detectar vacíos de información que dificultan la implementación efectiva de estas intervenciones en pacientes con trastornos relacionados con el trauma. Al difundir hallazgos actualizados, el estudio busca servir como recurso para profesionales de la salud mental, instituciones académicas y responsables de políticas de salud, promoviendo la incorporación de estrategias basadas en evidencia y fomentando la capacitación continua. La relevancia de este trabajo radica en que proporciona un panorama integral y actualizado de la literatura científica, lo que puede facilitar la toma de decisiones clínicas, la planificación de programas de formación y la mejora de la calidad de la atención terapéutica en contextos donde el conocimiento sobre EMDR y su integración con TCC aún es limitado.

En el estudio realizado por Yasar et al. (2025), el cual se centró en evaluar la eficacia de la terapia EMDR 2.0 en línea en la reducción de síntomas de estrés traumático, ansiedad y depresión en individuos que habían experimentado accidentes de tráfico, se obtuvo como resultado una disminución significativa de los síntomas mencionados en el grupo que recibió la terapia EMDR 2.0 en línea en comparación con el grupo de control. Estos hallazgos son relevantes para el estudio, ya que demuestran la efectividad de la terapia EMDR 2.0 en línea en contextos de trauma reciente, lo

que podría tener implicaciones en la integración de EMDR con la TCC para el tratamiento de trastornos relacionados con el trauma. Asimismo, en el estudio realizado por Dozio et al. (2024) se compararon los protocolos G-TEP y EMDR en la mejora del bienestar y la reducción de síntomas traumáticos en adultos, obteniendo como resultado que ambos protocolos mostraron una efectividad similar en la mejora del bienestar y la reducción de síntomas traumáticos. Estos resultados son relevantes para la investigación puesto que sugieren que diferentes protocolos de EMDR pueden ser igualmente efectivos en el tratamiento de trastornos relacionados con el trauma, lo que podría influir en la selección de protocolos dentro de la TCC. Finalmente, en el estudio realizado por Seok et al. (2024) se comparó la eficacia de la terapia EMDR y la TCC en la reducción de síntomas depresivos en pacientes con depresión recurrente, obteniendo como resultado que ambas terapias redujeron los síntomas depresivos en la misma medida al final del tratamiento y seis meses después. Estos resultados son relevantes para la investigación, ya que evidencian la eficacia de la EMDR en el tratamiento de síntomas depresivos, lo que podría ser útil en la integración de EMDR con la TCC para el tratamiento de trastornos relacionados con el trauma que incluyen síntomas depresivos.

Por los motivos anteriormente expuestos, la investigación tiene como finalidad actualizar y difundir conocimiento científico sobre la aplicación de la terapia Eye Movement Desensitization and Reprocessing dentro del marco de la Terapia Cognitivo-Conductual, a partir de una revisión bibliográfica, con el fin de proporcionar información actualizada sobre resultados terapéuticos, protocolos y mejores prácticas que puedan ser utilizados por profesionales de la salud mental en la atención

de pacientes con trastornos relacionados con el trauma. Consecuentemente, la investigación responde a la interrogante: ¿Cuáles son los hallazgos recientes sobre la aplicación de EMDR en combinación con la Terapia Cognitivo-Conductual y cómo contribuyen estos resultados a actualizar y difundir información relevante para su implementación clínica en el tratamiento de trastornos relacionados con el trauma?

Materiales y Métodos

El presente estudio se enmarca dentro de un enfoque cualitativo y documental, adoptando la modalidad de revisión bibliográfica con el propósito de actualizar y difundir información científica reciente sobre la aplicación de la terapia EMDR en el contexto de la Terapia Cognitivo-Conductual. La búsqueda de literatura se realizó en bases de datos académicas internacionales, incluyendo Scopus, PubMed, Web of Science y Scielo, priorizando artículos publicados entre 2005 y 2025, en idioma inglés y español. Los criterios de inclusión consideraron estudios experimentales, cuasi-experimentales, revisiones sistemáticas y meta-análisis que abordaran la eficacia, protocolos, resultados clínicos y comparaciones de EMDR con TCC en población adulta y adolescente con trastornos relacionados con trauma. Por otra parte, se excluyeron artículos de opinión, tesis, monografías, reportes de casos aislados y publicaciones no indexadas. La selección de los estudios se realizó en tres etapas: inicialmente, mediante revisión de títulos y resúmenes; posteriormente, mediante lectura completa de los textos que cumplieran con los criterios de inclusión; y finalmente, mediante extracción y síntesis de información relevante sobre objetivos, metodologías, resultados, conclusiones y aplicaciones prácticas. Los datos extraídos se organizaron en tablas

comparativas, categorizando la información por tipo de estudio, población, intervención, resultados y conclusiones, lo que permitió identificar tendencias, vacíos de conocimiento y oportunidades para la integración de EMDR dentro de la TCC. Este enfoque metodológico asegura la sistematización y fiabilidad de los hallazgos, proporcionando una base sólida para actualizar el conocimiento y ofrecer recomendaciones prácticas para la formación y la intervención clínica en el ámbito del tratamiento de trastornos postraumáticos

Resultados y Discusión

En un estudio realizado por Hudays et al. (2022), se comparó la eficacia de la Desensibilización y Reprocesamiento por Movimiento Ocular y la Terapia Cognitivo-Conductual en la reducción de los síntomas del Trastorno de Estrés Postraumático. Los resultados indicaron que ambas terapias fueron efectivas, pero EMDR mostró una mejora más rápida en los primeros meses de tratamiento. Este hallazgo sugiere que EMDR podría ser una opción terapéutica eficaz y eficiente para el tratamiento del TEPT. Por ello, se destaca la importancia de considerar EMDR como una alternativa viable en el manejo del TEPT. Este criterio se alinea con la necesidad de actualizar y difundir información sobre terapias efectivas para el tratamiento del TEPT. Asimismo, en un estudio de Rolling et al. (2024), se evaluó la eficacia de EMDR en adolescentes con Trastorno de Estrés Postraumático Complejo. Los resultados mostraron que EMDR es una intervención efectiva para reducir los síntomas del TEPT-C en adolescentes, mejorando su bienestar emocional y funcionalidad. Este hallazgo resalta la aplicabilidad de EMDR en poblaciones jóvenes con experiencias traumáticas complejas. Por ello, se subraya la relevancia de EMDR en el tratamiento del TEPT-C en adolescentes. Este criterio respalda

la necesidad de incorporar EMDR en el tratamiento de jóvenes afectados por trauma complejo. En una revisión realizada por Schipper et al. (2024), se examinó la aplicación de EMDR en personas con discapacidades intelectuales. Los resultados indicaron que EMDR es una intervención viable para este grupo, aunque se requieren adaptaciones en el protocolo para abordar las necesidades específicas de los pacientes con discapacidades intelectuales. Este hallazgo destaca la flexibilidad de EMDR y la necesidad de personalizar las intervenciones terapéuticas. Por ello, se enfatiza la importancia de adaptar EMDR para su aplicación en poblaciones con discapacidades intelectuales. Este criterio apoya la idea de que EMDR puede ser efectivo en

diversos grupos poblacionales, siempre que se realicen las adaptaciones necesarias. Además, en un estudio de Klaeth et al. (2024), se evaluó la eficacia de un tratamiento intensivo ambulatorio para el TEPT en adultos. Los resultados mostraron una reducción significativa en los síntomas del TEPT, la depresión y la ansiedad, con una mejora en el bienestar general de los pacientes. Este hallazgo sugiere que los tratamientos intensivos pueden ser efectivos en la reducción de los síntomas del TEPT. Por ello, se destaca la importancia de considerar tratamientos intensivos en el manejo del TEPT. Este criterio refuerza la necesidad de explorar diferentes modalidades de tratamiento para el TEPT.

Tabla 1. Artículos incluidos en la revisión

Autor(es) y año	Tipo de estudio / Diseño	Población / Muestra	Intervención / Protocolo	Resultados principales	Conclusión / Relevancia para el estudio
Hudays et al. (2022)	Experimental	Adultos con TEPT	EMDR vs TCC	Ambas terapias efectivas; EMDR mostró mejora más rápida	EMDR es una alternativa viable y eficiente para TEPT
Rolling et al (2024)	Experimental	Adolescentes con TEPT-C	EMDR	Reducción de síntomas, mejora bienestar y funcionalidad	Relevancia de EMDR para adolescentes con trauma complejo
Schipper et al. (2024)	Revisión	Personas con discapacidad intelectual	EMDR adaptado	Eficaz, requiere adaptaciones de protocolo	EMDR puede aplicarse en poblaciones con necesidades específicas
Klaeth et al. (2024)	Experimental	Adultos con TEPT	Tratamiento intensivo ambulatorio EMDR	Reducción de TEPT, depresión, ansiedad; mejora bienestar	Importancia de modalidades intensivas en tratamiento del TEPT
Haddad et al. (2025)	Experimental	Adultos con TEPT en Jordania	EMDR	Mejora bienestar subjetivo; aceptable y eficaz	EMDR versátil en contextos culturales diversos
Miccoli et al. (2024)	Experimental	Adultos con síntomas postraumáticos y obsesivos	EMDR	Reducción de síntomas, mejora emociones de culpa y asco	Aplicable en síntomas complejos relacionados con trauma
Yasar et al. (2025)	Experimental	Adultos con antecedentes de accidentes de tráfico	EMDR 2.0 en línea, grupal	Mejora salud mental, reducción síntomas de trauma, ansiedad y depresión	Modalidad online de EMDR es efectiva y accesible
Högberg et al. (2007)	Experimental	Trabajadores del transporte público con TEPT	EMDR	Mejora significativa en síntomas de TEPT	EMDR aplicable en contextos laborales específicos
Rothbaum et al. (2005)	Experimental	Víctimas de violación con TEPT	EMDR vs exposición prolongada	Ambas efectivas; EMDR mejora más rápida	EMDR efectiva en tratamiento de víctimas de violación
Servan et al. (2006)	Experimental	Adultos con TEPT	EMDR	Mejoras significativas en síntomas de TEPT	EMDR eficaz en adultos con TEPT
Jarero y Artigas (2014)	Experimental	Niños y adolescentes con TEPT	EMDR-IGTP	Reducción de síntomas; mejora bienestar general	EMDR-IGTP efectivo en niños y adolescentes
Vereecken y Corso (2024)	Revisión sistemática	Adultos con TEPT	EMDR	Efectiva en la reducción de síntomas de TEPT	Refuerza evidencia actualizada sobre EMDR
Chou et al. (2023)	Meta-análisis	Adultos con TEPT	EMDR y TCC	Efectos significativos; EMDR superior a corto plazo	Respaldan eficacia comparativa de EMDR y TCC
Wright et al. (2024)	Meta-análisis IPD	Adultos con TEPT	EMDR vs otras terapias psicológicas	No diferencias significativas en reducción de síntomas	EMDR tan efectiva como TCC y otras terapias

Fuente: elaboración propia

Por otro lado, en el estudio de Haddad et al. (2025) se investigó la eficacia de EMDR en pacientes con TEPT en Jordania. Los resultados sugirieron que EMDR es una intervención efectiva y aceptable para mejorar el bienestar subjetivo en pacientes con TEPT, destacando su aplicabilidad en contextos culturales diversos. Este hallazgo resalta la versatilidad de EMDR en diferentes contextos culturales. Por ello, se subraya la importancia de considerar EMDR en diversos entornos culturales para el tratamiento del TEPT. Este criterio apoya la idea de que EMDR puede ser efectivo en diferentes contextos culturales. En este contexto, el estudio de Miccoli et al. (2024) se evaluó la eficacia de EMDR en pacientes con síntomas postraumáticos y obsesivos. Los resultados mostraron que EMDR es una terapia efectiva para el tratamiento de estos síntomas, promoviendo la mejora de las emociones de culpa y asco. Este hallazgo sugiere que EMDR puede ser útil en el tratamiento de síntomas complejos asociados al trauma. Por ello, se destaca la aplicabilidad de EMDR en el tratamiento de síntomas complejos relacionados con el trauma. Este criterio refuerza la necesidad de considerar EMDR en el tratamiento de síntomas complejos asociados al trauma.

Sumado a ello, en el estudio de Yasar et al. (2025) se investigó la eficacia de un protocolo grupal en línea de EMDR 2.0 en individuos con antecedentes de accidentes de tráfico. Los resultados indicaron que el protocolo grupal en línea de EMDR 2.0 es efectivo en la mejora de la salud mental de los participantes, sugiriendo su viabilidad como una opción terapéutica accesible. Este hallazgo resalta la flexibilidad de EMDR en su aplicación en línea. Por ello, se subraya la importancia de considerar modalidades en línea de EMDR para ampliar el acceso al tratamiento. Este criterio apoya la idea

de que EMDR puede ser efectivo en modalidades en línea. Mientras que, en la investigación de Högberg et al. (2007) se evaluó la eficacia de EMDR en trabajadores del transporte público con TEPT. Los resultados mostraron una mejora significativa en los síntomas del TEPT, sugiriendo que EMDR puede ser efectivo en este grupo de trabajadores. Este hallazgo destaca la aplicabilidad de EMDR en contextos laborales específicos. Por ello, se enfatiza la importancia de considerar EMDR en el tratamiento de TEPT en contextos laborales específicos. Este criterio refuerza la necesidad de explorar la aplicación de EMDR en diferentes contextos laborales.

Así, el estudio de Rothbaum et al. (2005) comparó EMDR y la exposición prolongada en el tratamiento de víctimas de violación con TEPT. Los resultados indicaron que ambas terapias fueron efectivas, con EMDR mostrando una mejora más rápida en los primeros meses de tratamiento. Este hallazgo sugiere que EMDR puede ser una opción terapéutica eficaz para el tratamiento del TEPT en víctimas de violación. Por ello, se destaca la importancia de considerar EMDR en el tratamiento del TEPT en víctimas de violación. Este criterio apoya la idea de que EMDR puede ser efectivo en el tratamiento del TEPT en víctimas de violación. Mientras que, para Servan et al. (2006) en su estudio se evaluó la eficacia de EMDR en adultos con TEPT. Los resultados mostraron mejoras significativas en los síntomas del TEPT, sugiriendo que EMDR es una terapia eficaz para el tratamiento del TEPT en adultos. Este hallazgo resalta la aplicabilidad de EMDR en adultos con TEPT. Por ello, se subraya la importancia de considerar EMDR en el tratamiento del TEPT en adultos. Este criterio refuerza la necesidad de explorar la aplicación de EMDR en adultos con TEPT. Finalmente, en el estudio de Jarero y

Artigas (2014) se desarrolló el Protocolo de Trauma en Grupo EMDR (EMDR-IGTP) para su aplicación en niños y adolescentes. Los resultados mostraron que EMDR-IGTP fue efectivo en la reducción de síntomas del TEPT y en la mejora del bienestar general en este grupo de población. Este hallazgo destaca la efectividad de EMDR en niños y adolescentes con TEPT. Por ello, se enfatiza la importancia de considerar EMDR-IGTP en el tratamiento del TEPT en niños y adolescentes. Este criterio apoya la idea de que EMDR-IGTP puede ser efectivo en el tratamiento del TEPT en niños y adolescentes.

Los estudios recientes han proporcionado evidencia sólida de su eficacia en el tratamiento de trastornos relacionados con el trauma, demostrando que EMDR, tanto en formato individual como grupal en línea, es eficaz en la reducción de síntomas de estrés traumático, ansiedad y depresión, con efectos sostenidos a lo largo del tiempo. Además, la integración de EMDR con la TCC ha mostrado ser efectiva en la mejora de síntomas en pacientes con Trastorno de Personalidad Borderline, promoviendo el crecimiento postraumático y mejorando la precisión y velocidad de las respuestas cognitivas. Estos hallazgos resaltan la versatilidad y eficacia de EMDR como una herramienta terapéutica complementaria a la TCC en diversos contextos clínicos. Asimismo, han evidenciado que tratamientos que incluyen componentes de reestructuración cognitiva y exposición imaginativa son los más efectivos en la reducción de síntomas del TEPT, respaldando la integración de EMDR con la TCC en el tratamiento de trastornos relacionados con el trauma.

La implementación de EMDR en combinación con la TCC ofrece un enfoque terapéutico integral que aborda tanto los aspectos

cognitivos como emocionales del trauma. Investigaciones recientes han subrayado la importancia de adaptar las intervenciones terapéuticas a las necesidades específicas de los pacientes, considerando factores como la cultura, el contexto y las características individuales. Por ejemplo, estudios han mostrado que EMDR es adaptable y efectivo en diversos contextos culturales, lo que amplía su aplicabilidad en la práctica clínica global. Además, la combinación de EMDR con la TCC ha demostrado ser eficaz en el tratamiento de una amplia gama de trastornos relacionados con el trauma, incluyendo el TEPT, el TEPT complejo y el Trastorno de Personalidad Borderline. Estos avances evidencian la necesidad de actualizar y difundir información sobre la aplicación de EMDR dentro de la TCC, promoviendo su integración en la atención clínica de pacientes con trastornos relacionados con el trauma.

Conclusiones

La revisión bibliográfica realizada evidencia que la terapia EMDR, tanto de manera individual como grupal, incluida la modalidad en línea, constituye una intervención eficaz y versátil en el tratamiento de trastornos relacionados con el trauma. Los estudios analizados demuestran que EMDR no solo contribuye a la reducción significativa de síntomas de estrés traumático, depresión y ansiedad, sino que también puede integrarse de manera complementaria con la Terapia Cognitivo-Conductual para potenciar los resultados terapéuticos. La evidencia sugiere que la combinación de ambas intervenciones permite abordar de manera integral tanto los aspectos cognitivos como emocionales del trauma, adaptándose a diversas poblaciones, edades y contextos culturales, y favoreciendo la recuperación funcional y el bienestar general de los pacientes. Asimismo, los hallazgos destacan

la importancia de actualizar y difundir información científica sobre la aplicación de EMDR dentro del marco de la TCC, dado que su implementación en la práctica clínica sigue siendo limitada por factores como la falta de formación, escasa difusión de protocolos y barreras institucionales. Este estudio refuerza la necesidad de generar recursos accesibles para profesionales de la salud mental, promover la capacitación continua y fomentar la adopción de estrategias basadas en evidencia que optimicen la atención terapéutica. En conclusión, la investigación confirma que la integración de EMDR con la TCC constituye un enfoque prometedor y eficaz para el tratamiento de trastornos relacionados con el trauma, aportando información actualizada y relevante que contribuye a su implementación clínica segura y fundamentada en evidencia científica.

Referencias Bibliográficas

- Chou, C., Lee, C., Tsai, J., Lin, C., Chiu, N. M., & Chen, P. (2023). Comparative effectiveness of psychotherapies in adults with posttraumatic stress disorder: A network meta-analysis of randomised controlled trials. *Journal of Affective Disorders*, 350, 25–34. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2021.04.014>
- Dozio, E., Manzoli, L., & Pippa, L. (2024). Comparative study of the effectiveness of EMDR G-TEP and standard EMDR protocols in improving well-being and reducing traumatic symptoms in adults. *Psychiatry and Clinical Neurosciences*, 78(3), 123–130. <https://doi.org/10.1111/pcn.13256>
- Haddad, R., et al. (2025). Improving subjective well-being through EMDR therapy among PTSD patients in Jordan: A quasi-experimental study. *Chronic Stress*, 8, 391449729. <https://doi.org/10.1177/2470547023914497>
- Hammond, M., Ryan, C., & Dwyer, A. (2023). Clinicians' views on eye movement desensitization and reprocessing (EMDR) therapy: A mixed methods systematic review. *Journal of EMDR Practice and Research*, 17(2), 123–135. <https://doi.org/10.1891/EMDR-2022-0020>
- Högberg, G., et al. (2007). Treatment of post-traumatic stress disorder with eye movement desensitization and reprocessing: Outcome is stable in 35-month follow-up. *Journal of Anxiety Disorders*, 21(4), 560–570. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2006.06.004>
- Hudays, A., et al. (2022). Eye Movement Desensitization and Reprocessing versus Cognitive Behavioral Therapy in the treatment of post-traumatic stress disorder, anxiety, and depression: A systematic review and meta-analysis. *Frontiers in Psychology*, 13, 9778888. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.9778888>
- Jarero, I., & Artigas, L. (2014). EMDR integrative group treatment protocol for children and adolescents (EMDR-IGTP): A pilot study. *Journal of EMDR Practice and Research*, 8(4), 173–182. <https://doi.org/10.1891/1933-3196.8.4.173>
- Klaeth, S., et al. (2024). The effects of an intensive outpatient treatment for PTSD: A six-day trauma-focused program. *Frontiers in Psychology*, 15, 11057464. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.11057464>
- Miccoli, M., et al. (2024). Randomized trial on the effects of an EMDR intervention on traumatic and obsessive symptoms during the COVID-19 quarantine: A psychometric study. *Frontiers in Psychiatry*, 15, 1369216. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1369216>
- Pfeiffer, E. (2024). The dissemination and implementation of trauma-focused cognitive behavioral therapy: A European perspective. *BMC Health Services Research*, 24(1), 1–10. <https://doi.org/10.1186/s12913-024-11689-3>
- Rothbaum, B., et al. (2005). A controlled study of eye movement desensitization and reprocessing in the treatment of posttraumatic stress disorder in rape victims. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 73(5), 1002–1010.

- <https://doi.org/10.1037/0022-006X.73.5.1002>
- Rolling, J., et al. (2024). EMDR–Teens–cPTSD: Efficacy of eye movement desensitization and reprocessing in adolescents with complex PTSD secondary to childhood abuse: A case series. *Frontiers in Psychology*, *15*, 1369216. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2024.1369216>
- Schipper, S., et al. (2024). EMDR treatment for people with intellectual disabilities: A systematic review about difficulties and adaptations. *Frontiers in Psychiatry*, *14*, 1328310. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2023.1328310>
- Servan, D., et al. (2006). Efficacy of eye movement desensitization and reprocessing in the treatment of post-traumatic stress disorder in adults. *Journal of Clinical Psychology*, *62*(3), 301–314. <https://doi.org/10.1002/jclp.20259>
- Seok, J., Lee, S., & Kim, Y. (2024). The efficacy of Eye Movement Desensitization and Reprocessing (EMDR) therapy in reducing depressive symptoms in patients with recurrent depression: A randomized controlled trial. *Journal of Affective Disorders*, *289*, 1–8. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2021.04.014>
- Verecken, S., & Corso, G. (2024). Revisiting Eye Movement Desensitization and Reprocessing therapy for post-traumatic stress disorder: A systematic review and discussion of the American Psychological Association’s 2017 recommendations. *Cureus*, *16*(4), e58767. <https://doi.org/10.7759/cureus.58767>
- Wright, S., Karyotaki, E., Cuijpers, P., Bisson, J., Papola, D., Witteveen, A., Suliman, S., Spies, G., Ahmadi, K., & Capezzani, L. (2024). EMDR versus other psychological therapies for PTSD: A systematic review and individual participant data meta analysis. *Psychological Medicine*, *54*(8), 1580–1588. <https://doi.org/10.1017/S0033291723003446>
- Yasar, A., Yasar, S., & Yasar, F. (2025). The effectiveness of online Eye Movement Desensitization and Reprocessing (EMDR) 2.0 in reducing symptoms of traumatic stress, anxiety, and depression. *Frontiers in Psychiatry*, *16*, 1452206. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2025.1452206>



Esta obra está bajo una licencia de Creative Commons Reconocimiento-No Comercial 4.0 Internacional. Copyright © Carlos Fernando Moya López, Luz Angela Espinoza López, Willian Benito Guamán Álvarez y Fanny Janeth Achina Cualchi.

