

EMDR: Nuove linee guida del VA/DoD aggiornate per il trattamento del disturbo da stress post-traumatico (2023) e applicazione alle popolazioni vittime di conflitti

Il VHA, in collaborazione con il Dipartimento della Difesa (DoD) e altre importanti organizzazioni professionali, sviluppa linee guida per la pratica clinica fin dai primi anni '90. Nel 2010 l'Institute of Medicine ha riconosciuto il VA/DoD come leader nello sviluppo di linee guida di pratica clinica. L'implementazione di linee guida per la pratica clinica basate sull'evidenza è una strategia che il VHA ha adottato per migliorare l'assistenza garantendo le "best practices".

Queste linee guida per la pratica clinica forniscono un quadro basato sull'evidenza per la valutazione e la gestione dell'assistenza per le persone con disturbo da stress post-traumatico (PTSD) o disturbo da stress acuto (ASD) al fine di migliorare i risultati clinici.

Per quanto riguarda il trattamento del PTSD, c'è una forte raccomandazione per CPT, l'EMDR ed EP.

Citandole: **"Raccomandiamo le psicoterapie individuali manualizzate focalizzate sul trauma per il trattamento del PTSD: terapia di elaborazione cognitiva (CPT), desensibilizzazione e rielaborazione dei movimenti oculari (EMDR) o esposizione prolungata (EP)".**

Provider Summary:

<https://www.healthquality.va.gov/guidelines/MH/ptsd/VA-DoD-CPG-PTSD-Provider-Summary.pdf>

Inoltre, a supporto dell'importanza degli interventi fatti con EMDR, in contesti di conflitti gravi, è stato pubblicato lo studio di Wippich et al. (2023), che ha esaminato l'efficacia dell'EMDR per il trattamento dello stress post-traumatico (PTSD), dell'ansia e della depressione tra individui con basso status socioeconomico e di rifugiati in un paese a medio reddito colpito da conflitti.

268 adulti residenti in Libano hanno ricevuto la terapia EMDR. Le misure di PTSD, ansia e depressione sono state valutate in tre momenti: prima del trattamento (T0), post-trattamento (T1) e follow-up di 6 mesi (T2). I Risultati mostrano: riduzione dei sintomi da PTSD da T0 a T1 e da T1 a T2 ($p < .01$); riduzione dei sintomi d'ansia da T0 a T1 e da T1 a T2 ($p < .01$); allo stesso modo, per la depressione, una riduzione dei sintomi da T0 a T1 e da T1 a T2 ($p < .01$).

Questo studio supporta l'utilizzo dell'EMDR per il trattamento del PTSD, depressione e sintomatologia ansiosa in individui con basso status socioeconomico e rifugiati, contribuendo così alla ricerca per le popolazioni che sono sotto-studiate.

I servizi di salute mentale, specialmente in contesti di conflitto, trarrebbero beneficio dall'uso della terapia **EMDR per migliorare la salute mentale ed aiutare le popolazioni che stanno vivendo eventi traumatici di questo tipo.**

Link per l'articolo: <https://doi.org/10.1037/tra0001430>

In un mondo con conflitti così gravi, questo articolo ci dà una speranza. Sappiamo che la speranza è poter credere nel futuro e ci dà la sensazione di una ferita che inizia a rimarginarsi. Secondo queste pubblicazioni e linee guida, l'EMDR può essere uno strumento attivo ed efficace in questo ambito.