

**Excma. Sra. Dña. Mónica García Gómez**

Ministra de Sanidad  
Gobierno de España

Madrid, 6 de septiembre de 2024

Excma. Sra. Ministra:

1. Las instituciones que firman este convenio, el Consejo General de Colegios Oficiales de Médicos y el Consejo General de la Psicología representan a la totalidad de profesionales tanto de la medicina como de la psicología que en el ejercicio de su profesión practican la psicoterapia en España.
2. El propósito principal que anima su redacción es doble. Por un lado, promueve el ordenamiento de su ejercicio, con el objetivo de mejorar la práctica y ampliar su alcance. Por otro lado, busca establecer las bases que faciliten la lucha contra las prácticas pseudoterapéuticas y el intrusismo profesional, con el fin de proteger a la ciudadanía del riesgo de solicitar y recibir de manera inadvertida y en un momento de especial vulnerabilidad la ayuda de prácticas no basadas en evidencia científica, APA (2006)<sup>i</sup>
3. Se entiende como psicoterapia un cierto número de tratamientos psicológicos que buscan cambiar emociones, pensamientos o conductas que mejoren o alivien problemas o trastornos mentales o psicológicos. La psicoterapia y la medicación son las formas más comunes de tratamiento en el ámbito de la salud mental.
4. Con el fin de delimitar mejor la actividad psicoterapéutica, que la distinguen de otras intervenciones psicológicas o no psicológicas, se utilizarán dos importantes aproximaciones conceptuales a lo que se entiende por psicoterapia. Estas definiciones son las que sostienen la Federación Europea de Asociaciones de Psicólogos (EFPA, 2017) y el Consejo General de la Psicología de España.
  - 4.1 La primera es la propuesta por Norcross<sup>ii</sup> (1990) que dice lo siguiente: "*La Psicoterapia es la aplicación informada e intencional de métodos clínicos y actitudes interpersonales, derivadas de principios psicológicos establecidos con el propósito de ayudar a las personas a modificar sus conductas, cogniciones, emociones y/u otras características personales, en direcciones que los participantes consideren pertinentes*".

- 4.2 La segunda se debe a Wampold e Imel<sup>iii</sup> (2021, p. 76) y afirma que *“la psicoterapia es ante todo un tratamiento principalmente interpersonal que a) se basa en principios psicológicos; b) implica un terapeuta formado y un cliente que busca ayuda en referencia a un trastorno, problema o motivo de demanda; c) está dirigido por el terapeuta para que aporte un remedio al trastorno, problema o motivo de demanda; y d) está adaptado, individualizado a cada cliente particular y a su trastorno, problema o motivo de demanda”*.

Ambas definiciones aportan dos ideas importantes que permiten identificar la actividad psicoterapéutica. En primer lugar, el carácter interpersonal del tratamiento psicoterapéutico, que se da en un espacio de interacción entre un terapeuta profesional y un cliente, no circunscrita a la meramente diádica (un terapeuta-un cliente), sino que también extensible a otras formas como las dirigidas a parejas, grupos, o familias. Y en segundo lugar la necesidad de que esta relación ha de basarse en principios de la psicología científica

- 4.3 En cualquier caso, ambas definiciones sostienen que no es posible el tratamiento psicoterapéutico sin que exista un tipo especial de interacción, basada en principios científicos y que aplica procedimientos técnicos en una relación muy humanamente íntima y al mismo tiempo técnicamente muy delicada que proporciona al paciente la seguridad psicológica para exponerse a sus ansiedades, conflictos y problemas. Esta relación resulta cualitativamente diferente de otras relaciones interpersonales, como pueden ser la familiar o amistosa, o la que se deriva secundariamente de intervenciones profesionales.
- 4.4 Es decir que dicha relación cumple un doble cometido, es terapéutica en sí misma, brindando un contexto de seguridad y también es el vehículo de cualquier técnica de tratamiento, de exposición del paciente a sus síntomas. La correlación armónica entre ambas funciones de la comunicación psicoterapéutica constituye justamente el principal factor de lo que en la definición de evidencia científica se caracteriza como la pericia del profesional, en una utilización singularizada para cada paciente de los principios de la ciencia psicológica que la sustenta.
5. De acuerdo con lo dicho hasta aquí, los dos componentes esenciales que definen a la actividad psicoterapéutica son la **situación** de relación intencional profesional terapeuta – cliente, y la **capacitación** del terapeuta en los principios psicológicos del cambio mental, que le permitirán entender la demanda que le presenta el paciente y establecer un plan de tratamiento en función de su comprensión y las condiciones del trastorno, problema o queja.

- 5.1 La **situación** de intervención psicoterapéutica se da dentro de un contexto clínico-asistencial, bien sea público o privado, en el que puede reconocerse, de forma explícita o implícita, una relación de ayuda psicológica entre un psicoterapeuta reconocido y un cliente que necesita y/o demanda un tratamiento.
- 5.2 En relación con la **capacitación**, aun siendo relativamente corta la historia de la psicoterapia abunda en propuestas formativas, que han dado lugar a cientos de marcas de tratamiento, que sin embargo pueden reducirse a cuatro grandes escuelas teórico-técnicas: la psicodinámica, la cognitiva conductual, la humanista y la sistémica, a las que hay que agregar los modelos de integración entre diversas ramas de estos cuatro árboles.
6. Dentro del contexto europeo, hay dos formas genéricas de regulación de la formación de un psicoterapeuta.

La primera es mediante la adquisición de una titulación de Grado de Psicoterapia. Esta es la fórmula principalmente centroeuropea, dentro del ámbito de la tradición germánica, que considera a la psicoterapia como una profesión. No es la fórmula preferida por la mayoría de las naciones europeas y se encuentra en oposición a la defendida por las principales organizaciones profesionales de la psicología y la medicina en Europa.

La segunda entiende la psicoterapia como una actividad que se ejerce por las profesiones relacionadas con la atención de la salud mental, es decir médicos psiquiatras o médicos sin la especialidad de psiquiatría, psicólogos especialistas en psicología clínica y psicólogos generales sanitarios, todos ellos especializados adicional y debidamente acreditados para la práctica de psicoterapia por sociedades profesionales y colegios profesionales.

Dos principales organizaciones europeas, una de psicólogos (EFPA – European Federation of Psychologist’s Associations) y la otra de médicos especialistas (UEMS – Union Européenne des médecins spécialistes) han convenido que la psicoterapia es una actividad propia de psicólogos y médicos, y que dicha actividad se encuentra profundamente enraizada en el desarrollo de ambas disciplinas científico-profesionales. Ambas profesiones se consideran clave en la provisión de tratamientos psicoterapéuticos. Esta es, en líneas principales, la posición en la que se encuentra España, y cuya idoneidad es compartida por las organizaciones firmantes de este documento.

7. De acuerdo con esta perspectiva, se entiende la formación en Psicoterapia como una formación de segundo ciclo que debe adquirirse después de haber obtenido el título de Grado, sea en Medicina sea en Psicología, y dentro de un programa de formación en el que además de las materias relacionadas directamente con la psicoterapia, se incluyan todas aquellas necesarias para la adquisición del conocimiento psicopatológico y de las competencias en la



evaluación, diagnóstico, tratamiento e intervención de los problemas o trastornos mentales.

- 7.1 Esta formación de postgrado se imparte mayoritariamente en las asociaciones científicas y profesionales. En el ámbito público la formación en psicoterapia también se imparte entre muchas otras materias en las especialidades de Psiquiatría y Psicología Clínica y en las universidades en el Máster profesionalizante de Psicología General Sanitaria, además de numerosos postgrados y másteres no profesionalizantes.
  - 7.2 Superada la formación adicional de postgrado, la misma puede ser acreditada por las asociaciones y colegios profesionales. Tenemos por ejemplo el reconocimiento de la calidad de la formación proporcionado por el "Certificado de EuroPsy Especialista en Psicoterapia" emitido por la EFPA, a través del Consejo General de la Psicología, cuyo objetivo es establecer un estándar europeo para la formación especializada de los psicólogos en el campo de la psicoterapia, así como los registros de profesionales de la psicología y la medicina acreditados como psicoterapeutas por AEN, Asociación Española de Neuropsiquiatría, FEAP, Federación Española de Asociaciones de Psicoterapeutas, FAPYMPE, Federación de Asociaciones de Psicólogos y Médicos Psicoterapeutas de España, o las divisiones de psiquiatría de los colegios de medicina, y que se encuentran bajo el Código Deontológico de las profesiones de medicina y psicología.
8. La provisión de los tratamientos psicoterapéuticos se encuentra recogida en nuestra legislación incluida en la Cartera de servicios comunes de atención especializada, dentro del apartado de la atención de la salud mental (Real Decreto 1030/2006 de 15 de septiembre) y en el Real Decreto 1726/2007 de 21 de diciembre por el que se aprueba el Reglamento General de la Seguridad Social de las Fuerzas Armadas, en su artículo 57.2, así como en otras normas estatales y autonómicas de menor rango.
  9. A pesar de que la ruta de formación en psicoterapia esté bien definida en nuestro país, la situación de provisión de estos servicios sufre de una clara situación de ilegalidad. Esta situación es especialmente paradójica debido a que, como ya se ha señalado anteriormente, la psicoterapia es un tratamiento impartido dentro del contexto sanitario por profesiones reguladas con una formación específica. Aun así, tal y como se ha demostrado repetidamente, los tribunales no pueden actuar contra los que se presentan ante los pacientes como psicoterapeutas, sin poseer la titulación básica, sea de psiquiatra, o de médico, o psicólogo general sanitario o especialista en psicología clínica, y ni siquiera acreditar formación alguna en psicoterapia.



Cabe señalar a este respecto que el Ministerio de Sanidad lleva largo tiempo señalando el peligro de las pseudoterapias para la salud y la correcta atención sanitaria de la población. El campo de los "psicoterapeutas" sin titulación y de las "psicoterapias" sin pruebas ni aval científico ha dado lugar a un buen número de casos de pseudoterapias, a las que son especialmente vulnerables las personas con problemas o trastornos de salud mental.

Pero el caso de las pseudoterapias no es el único. Los "psicoterapeutas" que se aprovechan de la ausencia de regulación de esta intervención psicológica, a menudo ofrecen sus servicios "sin etiqueta", mostrando un interés declarado en "simular" una titulación oficial, ofreciendo sus servicios sin aval científico o profesional alguno, y sin que sea posible su control deontológico por parte de las organizaciones profesionales, justamente por la falta de una regulación legal de la psicoterapia para profesionales sanitarios, lo que llevaría a que estuvieran colegiados.

A juicio de las asociaciones firmantes de este documento, hay múltiples razones que justifican una regulación de la oferta de servicios de psicoterapia.

- 1) La Psicoterapia es una intervención terapéutica muy común en la atención de los problemas de la salud mental, siendo junto con el tratamiento farmacológico, los principales recursos terapéuticos de los que disponen los profesionales de la salud mental. Este tipo de intervención psicológica se encuentra recogida dentro de los servicios que se ofertan a los ciudadanos en el campo de la atención especializada. La actuación de los psicoterapeutas debe estar por consiguiente sometida al control de su competencia y deontológico. Sólo los profesionales con competencias para la evaluación, diagnóstico y tratamiento de los problemas o trastornos mentales deberían poder ofertar este tipo de tratamiento. Sólo se deberían ofertar a los pacientes estrategias psicoterapéuticas que cuenten con aval científico. En la práctica clínica, que es de lo que estamos hablando, el aval científico no se obtiene solo a través del análisis de la eficacia, sino también desde la efectividad. Es decir, de las pruebas que surgen de la práctica clínica, pruebas que deben ser analizadas de acuerdo con procedimientos que sean aceptados como robustos por la comunidad científico profesional.
- 2) La demanda de servicios psicoterapéuticos no ha dejado de crecer. Prueba de ello es la creciente implantación de la atención psicológica en Atención Primaria, dentro de cuyos servicios se encuentra también la psicoterapia. Es necesario conciliar esta alta demanda con una protección adecuada de los derechos de los pacientes. El destinatario de la actividad psicoterapéutica, el paciente con problemas o trastornos mentales es una persona altamente vulnerable, que puede encontrar mermada su capacidad de discernimiento y por tanto debería encontrarse especialmente protegido frente al fraude y la mala práctica.

- 3) La denominación de Psicoterapia debería restringirse a las intervenciones psicológicas con propósito terapéutico que se aplican por profesionales que acrediten la formación pertinente y debidamente cualificados, psiquiatras o médicos especializados, psicólogos clínicos o general sanitarios igualmente especializados, que desarrollen su labor en contextos clínico-asistenciales o sociosanitarios. Esta restricción impediría la publicidad fraudulenta de intervenciones psicoterapéuticas en entornos no regulados por la normativa de centros sanitarios.
- 4) Una regulación de la Psicoterapia debería profundizar en un refuerzo de los planes de formación tanto en las fases de pre y postgrado, como en el caso de la formación continuada. La actuación de las asociaciones que lideran el campo debería ser clave para promover estándares de formación de los profesionales cualificados para su ejercicio.

Teniendo en cuenta estos argumentos, las organizaciones firmantes solicitamos al Ministerio de Sanidad una urgente regulación de la utilización de las intervenciones psicoterapéuticas, así como de su publicidad limitándola al ámbito sanitario y a su ejercicio por las profesiones reguladas de medicina, psicología clínica y psicología general sanitaria, acreditando asimismo la debida formación de los profesionales sanitarios que la practican.

En espera de que valore positivamente esta petición, quedamos a su entera disposición para cuantas cuestiones desee plantear al respecto.

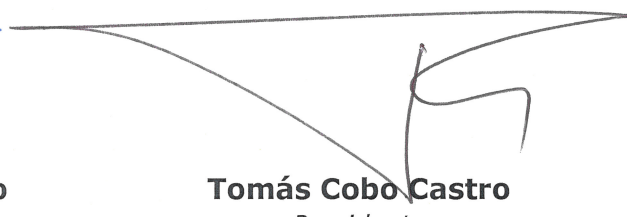
Reciba un cordial y afectuoso saludo,



**Francisco Santolaya Ochando**

*Presidente*

*Consejo General de la Psicología*



**Tomás Cobo Castro**

*Presidente*

*Consejo General de Colegios Oficiales de Médicos*

---

<sup>i</sup> APA, American Psychological Association, *Presidential Task Force on Evidence-Based Practice*. (2006). *Evidence-based practice in psychology*. *American Psychologist*, 61(4), 271–285. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.61.4.271>

<sup>ii</sup> Norcross, J. C. (1990). An eclectic definition of psychotherapy. En J. K. Zeig & W. M. Munion (Eds.), *What is psychotherapy? Contemporary perspectives* (pp. 218-220). San Francisco: Jossey-Bass.

<sup>iii</sup> Wampold, Bruce E. y Imel, Zac E. (2021). El modelo contextual: la psicoterapia como práctica de curación socialmente situada. En: *El gran debate de la psicoterapia: la evidencia de qué hace que la terapia funcione*. (pp. 76-112). Editorial Eleftheria