

Un confronto tra due interventi terapeutici sui pensieri ossessivi, esposizione e accettazione

Fabricant L.E. , Abramowitz J.S., Dehlin J.P., Twohig M. P..
Journal of cognitive psychotherapy, 2013, 27, 3, pag 195-209.

La tecnica dell'Esposizione e prevenzione della risposta (ERP) e' considerato il trattamento più efficace per la terapia dei pensieri intrusivi nel disturbo ossessivo compulsivo (OCD). Peraltro la procedura è piuttosto complessa in quanto spesso provoca alti livelli di ansia ed e' associata a rifiuti e drop out . Per sconfiggere questo problema i ricercatori hanno provato a considerare l'uso di tecniche alternative per l'OCD come l'ACT : Acceptance and Commitment Therapy. Nonostante il valore di entrambi i trattamenti, si sa ben poco sulla loro differenza di impatto clinico. Questo studio compara gli effetti di una singola seduta di ACT o di ERP su 56 pazienti con OCD.

I risultati mostrano che i pazienti migliorano in entrambi i trattamenti senza significative differenze tra le due tecniche.