



MOTHERS AND BABIES (MADRES Y BEBÉS)

Orientación para la adaptación

Mothers and Babies es una Intervención basada en la evidencia; ¿qué significa eso?

Una Intervención basada en la evidencia es aquella que se ha demostrado, en estudios de investigación controlados, que es eficaz para cambiar los resultados de la salud. Mothers and Babies (MB) es una Intervención basada en la evidencia que, según se ha demostrado en múltiples estudios de investigación, es eficaz para reducir los síntomas depresivos y prevenir la aparición de casos nuevos de depresión posparto. Si bien su eficacia se ha investigado en entornos controlados, la intervención está destinada a utilizarse en el mundo real. MB se implementa en una variedad de entornos de servicios de la salud y humanos, como agencias de visitas domiciliarias y departamentos de salud pública, y esa implementación debe llevarse a cabo con la mayor fidelidad posible.

¿Qué es la fidelidad?

La fidelidad se refiere a proporcionar la intervención de la misma forma en que se proporcionó durante los estudios de investigación controlados. Sin embargo, en entornos del mundo real, esto no siempre es posible o aconsejable. Por lo tanto, se debe considerar la posibilidad de hacer adaptaciones.

¿Qué es la adaptación?

La adaptación es un proceso de implementación de cambios en una Intervención basada en la evidencia para hacerla más adecuada a una población o una estructura organizativa en particular. La adaptación puede mejorar la relevancia del programa para las participantes y permitir que los proveedores del servicio se apropien más del contenido. Sin embargo, para que una adaptación sea “congruente con la fidelidad”, se deben mantener los componentes esenciales de la intervención. Estos componentes centrales incluyen:

- **Contenido:** QUÉ se está enseñando, específicamente, el conocimiento y las habilidades que se abordan durante toda la intervención
 - » Por ejemplo, en todo el currículo de MB, se utiliza la Escala de valoración rápida del estado de ánimo para ayudar a las participantes a realizar un seguimiento de su estado de ánimo a lo largo del tiempo. Si bien la Escala de valoración rápida del estado de ánimo en sí podría cambiarse por una herramienta de seguimiento diferente, es fundamental que las participantes aprendan esta habilidad importante de hacer un seguimiento de su estado de ánimo.
- **Pedagogía:** CÓMO se enseña el programa, qué estrategias o interacciones contribuyen a la eficacia de la intervención.
 - » Por ejemplo, sabemos que MB es eficaz debido a que se basa en la terapia cognitivo-conductual (CBT), la teoría del apego y la psicoeducación. Por lo tanto, es crucial comprender y mantener estos principios clave. Es importante mantener los módulos de Actividades placenteras, Pensamientos y Contacto con los demás.
- **Implementación:** la logística que es crucial para el aprendizaje
 - » Por ejemplo, MB está diseñado de tal manera que los conceptos se construyen unos sobre otros. Por lo tanto, es importante mantener la secuencia de las sesiones.

Algunas adaptaciones son seguras y fáciles de implementar, mientras que otras podrían comprometer o inhibir los componentes centrales de MB. Por lo tanto, las adaptaciones se han categorizado en adaptaciones con luz verde, amarilla y roja.

- Adaptaciones con **LUZ VERDE:** son seguras, se incentiva su implementación y son congruentes con la fidelidad; pensadas para adaptarse mejor a la cultura y al contexto del programa o de la agencia y de las participantes
- Adaptaciones con **LUZ AMARILLA:** son cambios que deben realizarse con precaución; y se alienta a consultar con un experto en el currículo antes de hacerlo. Un experto podría ser la persona que lo capacitó en Mothers and Babies, o el equipo de Mothers and Babies en Northwestern
- Adaptaciones con **LUZ ROJA:** son cambios que no deben hacerse ya que comprometen o inhiben los componentes clave de la intervención y, por lo tanto, comprometen la fidelidad y la capacidad para que la intervención sea eficaz

La siguiente tabla ofrece un poco de orientación sobre qué adaptaciones se pueden hacer a la intervención de MB de manera segura. Estas son solamente algunas de las adaptaciones posibles que se pueden hacer, y esta lista no es exhaustiva de ninguna manera. Reiteramos que debe consultar con un experto si piensa hacer una adaptación y no está seguro de si se trata de una adaptación con “luz verde”.

ADAPTACIÓN	EXPLICACIÓN	EJEMPLO
<p>LUZ VERDE Adaptar la actividad o el ejemplo a la cultura y/o el contexto de la participante</p>	<p>La adaptación a la cultura y/o el contexto de su participante permite que el currículo resuene más en ella; se recomienda enfáticamente hacerlo y se aclara que la lista de ejemplos no es exhaustiva</p>	<p>Cambie un ejemplo en la lista de Actividades placenteras (Hoja de trabajo 2.2) por algo que sea más relevante para su contexto (es decir, reemplace la actividad de ir a hacerse la manicura por pintarse las uñas en casa con la hija)</p> <p>Adapte el lenguaje para los padres que tengan niños más grandes</p> <p>Modifique “Pensar en el futuro de su bebé” (Hoja de trabajo 6.2) mediante la selección de un período de tiempo más manejable, como 6 meses en lugar de 5 años</p> <p>Aporte su experiencia al currículo, es decir, si asistió a una capacitación sobre práctica informada sobre el trauma y tiene una participante que ha experimentado un trauma, puede aportar este conocimiento a MB</p>
<p>LUZ VERDE Usar un enfoque diferente para explicar o completar una actividad</p>	<p>Explicar el mismo concepto o completar la misma actividad empleando una modalidad de aprendizaje diferente a la de una hoja de trabajo puede ser útil para la comprensión de la participante</p>	<p>Use una aplicación, emojis o colores en lugar de la Escala de valoración rápida del estado de ánimo para ayudar a la participante a hacer un seguimiento de su estado de ánimo</p> <p>La participante puede usar un diario en lugar de las hojas de trabajo correspondientes de MB para hacer un seguimiento de su estado de ánimo, planificar actividades placenteras, etc.</p>

ADAPTACIÓN	EXPLICACIÓN	EJEMPLO
<p>LUZ VERDE Alterar la cantidad de tiempo dedicada a un tema específico</p>	<p>Dedicar más o menos tiempo a un tema o una actividad según cuán familiarizada o cómoda esté la participante con el contenido</p>	<p>Dedique más tiempo a identificar apoyos sociales con la participante si está teniendo dificultades para hacerlo por sí misma</p>
<p>LUZ AMARILLA Dividir una sesión a lo largo de dos visitas</p>	<p>Si se queda sin tiempo, o si una participante necesita “porciones más pequeñas”, quizás quiera dividir una sesión en dos componentes —esto está bien mientras sea consciente de dónde divide la sesión— no se detenga en medio de un tema o un objetivo de aprendizaje clave</p>	<p>Dedica más tiempo rumiando sobre la historia de Mary y Violette que el que anticipó, y su participante debe acudir a otra cita. Decide detener la sesión pero, primero, concluye el tema que está tratando, y pasará al siguiente tema en su próxima visita.</p>
<p>LUZ AMARILLA Proporcionar el contenido en otro idioma</p>	<p>Es posible que el inglés no sea el idioma que le resulte más cómodo a una cliente, y quizás necesite recibir el contenido en un idioma diferente. Es importante que el significado y los fundamentos teóricos del currículo se mantengan.</p> <p>Queremos que TODOS tengan la posibilidad de recibir Mothers and Babies independientemente de cuál sea su idioma; aquí ofrecemos algunos consejos para cuando lo proporcione en otro idioma o trabaje con un intérprete.</p>	<p>Ofrezca el contenido del currículo en un idioma distinto del inglés o el español; al hacerlo, asegúrese de que el significado se mantenga</p> <p>CONSEJOS: Considere el lenguaje relacionado con la salud mental y el estado de ánimo, especialmente, si el idioma en el que proporciona el contenido no es su idioma nativo</p> <p>Si trabaja con un intérprete, concéntrese en los temas clave, no se pierda en el guión, y haga que el intérprete revise los materiales con anticipación</p>

ADAPTACIÓN	EXPLICACIÓN	EJEMPLO
<p>LUZ AMARILLA Alterar el orden de los módulos</p>	<p>Las sesiones a lo largo del curso de MB se construyen unas sobre las otras, y deben proporcionarse en orden. De modo similar, los módulos de Actividades placenteras, Pensamientos y Contacto con los demás de MB están ordenados de modo intencional. Si va a desviarse de este orden, debe hacerlo muy deliberadamente.</p>	<p>La sesión introductoria siempre debe proporcionarse primero, y el orden de las sesiones y los temas dentro de cada módulo no debe alterarse. La justificación sólida para proporcionar primero el módulo de pensamientos podría incluir, pero sin limitación, lo siguiente: advertir que una cliente está luchando con pensamientos que no la ayudan, al punto tal que los pensamientos inhiben su participación en cualquier actividad.</p>
<p>LUZ ROJA Omitir una sesión o un tema enteros</p>	<p>Todas las sesiones y todos los temas están incluidos en el currículo por una razón</p>	<p>Eliminar la sección entera sobre el círculo de apoyo social</p>
<p>LUZ ROJA Modificar un enfoque teórico subyacente</p>	<p>Los fundamentos teóricos de MB son críticos para que sean eficaces en reducir y prevenir síntomas depresivos</p>	<p>Eliminar todos los componentes de apego del currículo</p>
<p>LUZ ROJA Personal no capacitado en MB proporciona el currículo</p>	<p>El personal debe estar capacitado en MB para poder proporcionar la intervención</p>	<p>Proporcionar MB con manuales impresos del sitio web sin haber recibido la capacitación adecuada</p>