

¿Qué es la entrevista motivacional?



La entrevista motivacional (MI por sus siglas en inglés) se desarrolló en la década de 1980 como una estrategia de comunicación para trabajar con personas que luchan contra la adicción. MI combina la formulación de preguntas abiertas, el desarrollo de discrepancias o “conversaciones de cambio” y el apoyo a la autodeterminación del cliente.

Herramientas como la “regla de preparación” ayudan a un cliente a explorar un cambio de comportamiento deseado al reflexionar sobre:

- lo importante que es el cambio
- qué tan seguros están de hacer el cambio
- qué tan listos están para cambiar

Asociación - es una relación entre usted y el cliente que es colaborativa y orientadora.

Aceptación - apoyo a la autonomía y autoeficacia del cliente. Enfatizar la aceptación y el respeto de la libertad de elección de la persona.

Compasión - promover el bienestar de los demás, sin identificarse demasiado con la experiencia o sentir simpatía.

Evocación - es la idea de que el cliente tiene sabiduría inherente y fuerza para el cambio que usted va a conseguir del cliente.

CAMBIAR LA CONVERSACIÓN SUENA COMO....

DESEAR

Quiero / quisiera /
desearía / espero

CAPACIDAD

Podría intentarlo...

RAZONES

Hubiera...
“menos miedo”, “mayor intimidad”,
“más libertad”...

NECESITO

que...
“protegerme a mí mismo”,
“proteger a mis parejas”...

Habilidades de la entrevista motivacional

Empatía

Curiosidad sin prejuicios

Preguntar permiso
Valore la perspectiva y la experiencia del cliente
Escucha reflexiva

Desarrollar la discrepancia

entre lo que es y lo que puede ser

Haz preguntas evocadoras
Pedir elaboración o ejemplos
Mirar hacia adelante / Mirar hacia atrás
Explorar los extremos

Evitar

discusiones y confrontaciones

Evite el "reflejo de corregir"
Dar al cliente espacio para sentir y pensar en los valores que van en contra de las directrices y recomendaciones

Ajustarse a la resistencia

trabaje con preocupaciones

Ajustarse a la resistencia del cliente en lugar de oponerse directamente a ella
Reflejar, cambiar el enfoque, reencuadrar, pensar en lo negativo, estar de acuerdo con los subibajas

Apoyar a la autoeficacia

optimismo

El cambio es posible
Creer que ser capaz de alcanzar sus metas es un motivador
La esperanza es significativa

Referencias bibliográficas

1. Content adapted from CDC Ending the HIV Epidemic A Plan for America
<https://www.cdc.gov/ending-hiv/docs/ending-HIV-epidemic-overview-508.pdf>
2. Content adapted from CDC Fact Sheet: Proven HIV Prevention Methods
<https://www.cdc.gov/nchhstp/newsroom/docs/factsheets/hiv-proven-prevention-methods-508.pdf>
3. <https://apretude.com/about-prep/prep-stories/>
4. <https://www.cdc.gov/hiv/basics/prep/on-demand-prep.html>
5. <https://www.sfaf.org/collections/beta/for-people-having-anal-sex-prep-211-is-as-effective-as-daily-prep/>
6. Image adapted from <https://www.sfaf.org/resource-library/qa-prep-2-1-1-for-anal-sex/>
7. <https://www.avac.org/understanding-ema-opinion-next-steps-dapivirine-ring>
8. Amico, K.R., Wallace, M., Bekker, L.G. et al. Experiences with HPTN 067/ADAPT Study-Provided Open-Label PrEP Among Women in Cape Town: Facilitators and Barriers Within a Mutuality Framework. *AIDS Behav* 21, 1361-1375 (2017). <https://doi.org/10.1007/s10461-016-1458-y>
9. Bronfenbrenner, U. (1979). *The ecology of human development: experiments by nature and design*. Cambridge, Mass, Harvard University Press.
10. Amico, KR. (2019). Replication What Works: Best Practices in Planning for and Scaling Up PrEP Provision. International Conference on HIV Treatment and Prevention Adherence. Miami, FL.
11. Definitions from <https://languages.oup.com/google-dictionary-en/>
12. <http://www.michigancancer.org/bcccp/WiseWomanProgram/PDFs/Tutorials/MotivationalInterviewing.pdf>
13. Rollnick, S., Miller, W. R., & Butler, C. (2008). *Motivational interviewing in health care: helping patients change behavior*. Guilford Press.
14. PleasePrEPMe. A Frontline Provider Training of PrEP Research, Care, and Navigation. Module 7: Starting PrEP, Adherence, and Ongoing PrEP Care. <https://pleaseprepme.org/prepnavigatormanual>
15. <https://www.sfaf.org/services/prep-pep/daily-prep/>
16. Murnane, Pamela M et al. "Pre-exposure prophylaxis for HIV-1 prevention does not diminish the pregnancy prevention effectiveness of hormonal contraception." *AIDS (London, England)* vol. 28,12 (2014): 1825-30. doi:10.1097/QAD.0000000000000290
17. Anderson, et al. (2012). Emtricitabine-tenofovir concentrations and pre-exposure prophylaxis efficacy in men who have sex with men. *Science translational medicine*, 4(151), 151ra125-151ra125.
18. Brown, Marie T, and Jennifer K Bussell. "Medication adherence: WHO cares?." *Mayo Clinic proceedings* vol. 86,4 (2011): 304-14. doi:10.4065/mcp.2010.0575
19. <https://www.cdc.gov/hiv/effective-interventions/treat/telehealth/>
20. <https://www.primehealthco.com/teleprep/#navigation>
21. <https://www.cdc.gov/hiv/testing/self-testing.html>
22. https://www.denverptc.org/HIV_Protocols.html