



EVALUACIÓN DE LA EFECTIVIDAD DE UNA INTERVENCIÓN COMPLEJA GRUPAL EN PACIENTES CON ANSIEDAD Y TRASTORNOS ADAPTATIVOS (18-65 AÑOS) EN ATENCIÓN PRIMARIA. ESTUDIO CUASI-EXPERIMENTAL

Centro de Salud Manzanares el Real

Moraleda Aldea, Santiago; Pérez Sánchez, Juan Ramón; Calvo García, Esperanza, Aragón del Valle, M^a José; Sánchez Gómez, M^a Jesús.



Si algo caracteriza este siglo XXI, desde el punto de vista patológico, es el aumento de la depresión, el síndrome de desgaste ocupacional, la ansiedad, la fatiga, la asfixia por la sobreabundancia o por la escasez.

Los significados de salud y enfermedad están cambiando y los malestares por los problemas de la vida cotidiana hoy tienen una significación médica promovida por la cultura.

Los trastornos adaptativos consisten en la presencia de síntomas psicológicos exagerados, debido a la ocurrencia de un evento o situación vital estresante que incapacita a la persona para afrontarla adecuadamente y, como consecuencia, sufrir un importante grado de malestar y deterioro funcional

Chisholm D, Sweeny K, Sheehan P, Rasmussen B, Smit F, Cuijpers P, et al. Scaling-up treatment of depression and anxiety: a global return on investment analysis. www.thelancet.com [Internet]. 2017. Available from: [http://www.thelancet.com/pdfs/journals/lanpsy/PIIS2215-0366\(16\)30024-4.pdf](http://www.thelancet.com/pdfs/journals/lanpsy/PIIS2215-0366(16)30024-4.pdf)

Gili M, Campayo JG, Roca M. Crisis económica y salud mental. Informe SESPAS. GacSanit 2014;28Supl 1:104-8. Available from: <http://gacetasanitaria.org/es/crisis-economica-salud-mental>



¿Estamos preparados los profesionales sanitarios ante este reto?

- “Cada día nos encontramos en las consultas, en las urgencias con personas que se sienten profundamente cansadas por el tiempo que dura la dificultad que están viviendo, angustiadas a causa del sufrimiento que les produce e incapaces de encontrar alternativas”

Reneses B, Garrido S, Navalón A, Martín O, Ramos I, Fuentes M, et al. Psychiatric morbidity and predisposing factors in a primary care population in Madrid. *Int J Soc Psychiatry*. 2015;61(3):275 -86.

Capacitar a las personas en comportamientos y estrategias que les ayuden a manejar y afrontar situaciones que limitan su bienestar”



Objetivo principal:

- Mejorar la ansiedad-estado medida con el cuestionario ansiedad-estado y rasgo (Stai) a los 3 meses del inicio de la intervención.

Objetivos secundarios:

- Optimizar las respuestas de afrontamiento y adaptación ante las adversidades de la vida, medida por la escala Wagnild Resiliencia.
- Estudiar la adherencia de los pacientes a la intervención
- Describir el grado de satisfacción con la intervención de pacientes y de los profesionales.

Metodología: Diseño Estudio cuasi-experimental sin grupo control (Estudio Antes-después) en un centro de AP de la Comunidad de Madrid.

Intervención compleja grupal basada en técnicas de relajación y terapia de resolución de problemas que se vertebra en torno a métodos y técnicas de Co-creación.



La Co-creación es un proceso coreografiado en el que varias personas diferentes se unen para compartir su experiencia y progresar en un desafío complejo.

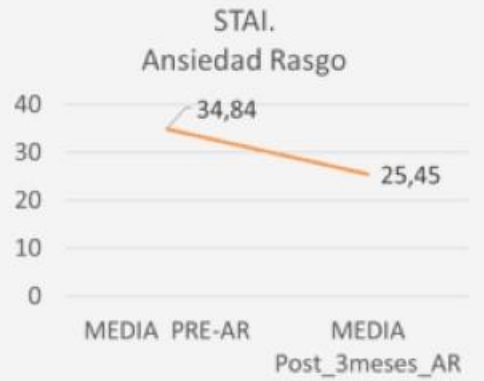




		N=97
Edad Media(DE)		49,7 (12,5)
Sexo n (%)		
	Hombres	23 (23,7%)
	Mujeres	74 (76,3%)
Ocupación n (%)		
	Activo	66 (68%)
	Paro	7 (7,2%)
	Jubilado	10 (10,3%)
	Hojar	14 (14,4%)

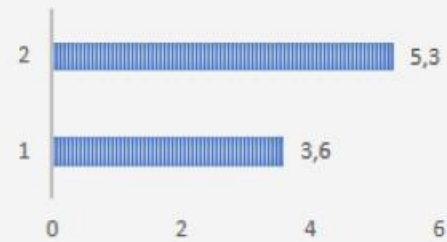


DIFERENCIA DE MEDIAS	INTERVALO DE CONFIANZA	p
17,82	14,96-20,67	<0,01



DIFERENCIA DE MEDIAS	INTERVALO DE CONFIANZA	p
9,39	6,18-12,6	<0,01

TEST RESILIENCIA



Adherencia. El porcentaje de asistencia a todas las sesiones 96 %.
Satisfacción de los pacientes 9,57 (\pm 0,40).



CONCLUSIONES

El formato del curso responde a aspectos como:

- toma de decisiones compartidas con el paciente,
- prevención cuaternaria que evite el sobrediagnóstico y el sobretratamiento y
- promoción de la figura del paciente experto.

Además, mejora de la respuesta y la percepción del profesional al optimizar los recursos de tiempo, consumo farmacológico y derivaciones a Salud Mental.



Somos expertos en capacitar a las personas en comportamientos y estrategias que les ayuden a manejar y afrontar situaciones que limitan su bienestar.



Solo necesitamos disponer de nuevas metodologías que puedan ser fácilmente implementadas de forma sencilla y en condiciones de práctica clínica por los profesionales de la salud, para dar respuesta al problema de la ansiedad y los trastornos adaptativos.