



# Medicina de Familia. SEMERGEN

<http://www.elsevier.es/semergen>



## 347/4136 - TRASTORNO ADAPTATIVO Y ESCUCHA ACTIVA

C. Montesinos Asensio<sup>a</sup>, L. Amador Fajardo<sup>b</sup>, R. García Romero<sup>c</sup> y M. Pérez Valencia<sup>c</sup>

<sup>a</sup>Médico Residente de Medicina Familiar y Comunitaria. Centro de Salud Espinardo. Murcia. <sup>b</sup>Médico Residente de Medicina Familiar y Comunitaria. Centro de Salud La Alberca. Murcia. <sup>c</sup>Médico Residente de 3<sup>er</sup> año de Medicina Familiar y Comunitaria. Centro de Salud Murcia-San Andrés. Murcia.

### Resumen

**Descripción del caso:** Mujer 17 años, acude a consulta, en la que estamos sustituyendo en periodo vacacional, por taquicardia, labilidad emocional y tendencia al llanto, más acusado en la última hora. Sin antecedentes de interés, no hábitos tóxicos. Se pregunta el tiempo de evolución de la clínica, existencia de algún motivo desencadenante del cuadro y/o ideas autolíticas. Inicialmente niega situación vital estresante, pero tras insistir y preguntar los distintos ámbitos de su vida, nos cuenta una relación sentimental difícil con probable maltrato psicológico desde hace meses. Ha consultado con sintomatología similar en numerosas ocasiones, no habiendo podido contar el problema a su médico de familia, por falta de confianza con el mismo.

**Exploración y pruebas complementarias:** Destaca únicamente leve taquicardia. Exploración psiquiátrica: Consciente, orientada y colaboradora. Aspecto externo normal, aunque ansioso, rasgos de personalidad dependiente, sin alteraciones del curso, contenido ni vivencia del pensamiento. Presencia de ideas autolíticas. Electrocardiograma: ritmo sinusal a 85 latidos por minuto, PR de 120 mseg, QRS estrecho sin alteraciones de la repolarización.

**Orientación diagnóstica:** Trastorno adaptativo.

**Diagnóstico diferencial:** Crisis de ansiedad. Trastorno ansioso. Trastorno de personalidad.

**Comentario final:** La Atención Primaria es la puerta de entrada en el sistema sanitario y más del 30% de las consultas tienen algún motivo psicológico. La limitación de tiempo y la falta de formación de los médicos para la aplicación de tratamientos psicológicos resulta en que, en la práctica, el único tratamiento que reciben es farmacológico. El trastorno adaptativo, es una entidad presente a diario en las consultas de atención primaria. El médico de familia, es en muchos casos, la primera persona a quien los pacientes acuden solicitando ayuda. Por esto, se debe facilitar el discurso y la verbalización, realizar una escucha activa de los pacientes y ayudarles a buscar la base del problema, instaurando tratamiento farmacológico solo cuando sea necesario. Además, ante un paciente con esta clínica, preguntar sobre ideas autolíticas, ya que, de existir, el paciente deberá ser derivado a salud mental.

### Bibliografía

1. González-Blanch C, Umaran-Alfageme O, Cordero-Andrés P, et al. Psychological treatment of emotional disorders in Primary Care: The transdiagnostic treatment manual of the PsicAP study. *Ansiedad y estrés*. 2018;24(1):1-11.

**Palabras clave:** Trastorno adaptativo. Ansiedad.