



## Medicina de Familia. SEMERGEN



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

### 160/1048 - Cambio tras participar en grupos psicoeducativos, ¿Sirve de algo en APS?

E. Albero Sánchez<sup>a</sup>, P. Sánchez Sánchez<sup>a</sup>, E. Ribas Corral<sup>b</sup>, G. Solanas Bacardit<sup>c</sup>, I. Roig Grau<sup>a</sup>, C. Ojeda Cáliz<sup>d</sup>, R. Maldonado Aubián<sup>a</sup> y M.I. Pérez Villafaina<sup>b</sup>

<sup>a</sup>Médico de Familia. CAP Sagrada Familia. Manresa-4. Barcelona. <sup>b</sup>Enfermera. CAP Sagrada Familia. Manresa-4. Barcelona. <sup>c</sup>Trabajadora Social. CAP Sagrada Familia. Manresa-4. Barcelona. <sup>d</sup>Residente de Enfermería. CAP Sagrada Familia. Manresa-4. Barcelona.

### Resumen

**Objetivos:** Mejorar la calidad de vida tras terapia grupal, promocionando la autoestima de los participantes. Aumentar conocimientos y recursos del trastorno depresivo y ansioso ante situaciones críticas que se presentan. Disminuir la medicación ansiolítica y antidepresiva.

**Metodología:** 12 sesiones de 90 minutos, en la sala de educación sanitaria, un día a la semana, dirigidas por profesionales sanitarios, conductores y observadores, (médicos, enfermeras y trabajador social). Temas relacionados con estilos de vida saludables, conocimiento sobre depresión/ansiedad, dinámicas de grupo. Estudio descriptivo, transversal, pacientes que han participado en 4 grupos durante 4 años. Variables recogidas en relación edad, sexo, asistencia a las sesiones, diagnóstico y tratamiento médico.

**Resultados:** 92% son mujeres, de edades comprendidas entre los 38 y 77 años, media de 58 años. 60% presentan depresión leve, el 10% moderada y el 30% leve y ansiedad. El 90% de los participantes tomaba antidepresivos, al año de participar el consumo había pasado al 80% y ansiolíticos al 90%. Asistencia del 80%.

**Conclusiones:** La participación de los pacientes, la disminución de la medicación, aunque leve, muestran la efectividad de esta intervención. Valoración de los profesionales satisfactoria ante la intervención y participación del grupo.