



Medicina de Familia. SEMERGEN



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

424/3444 - EFECTIVIDAD DE UNA INTERVENCIÓN GRUPAL BASADA EN TERAPIA COGNITIVA Y COMPORTAMENTAL EN PACIENTES CON ANSIEDAD Y DEPRESIÓN EN ATENCIÓN PRIMARIA

C. Marcos Alonso¹, H. Alcarazo Fuensanta², G. Fernández Valverde², E. Jiménez Mejías³ y F. Atienza Martín⁴

¹Médico Residente de Medicina Familiar y Comunitaria. Centro de Salud Montequinto. Sevilla. ²Medico de Familia. Centro de Salud El Porvenir. Sevilla. ³Médico de Familia. Centro de Salud de Baza. Granada. ⁴Médico de Familia. Centro de Salud El Porvenir. Centro Médico Psicosomático. Sevilla.

Resumen

Objetivos: Estudiar la efectividad de una intervención grupal basada en terapia cognitivo-conductual (TCC) en pacientes con ansiedad y/o depresión en el ámbito de la atención primaria.

Metodología: Estudio cuasi-experimental antes/después. Se incluyeron pacientes con síntomas ansiosos y/o depresivos remitidos por su médico de familia al programa de intervención. Intervención consistente en 6 sesiones grupales (7 participantes) dirigidas por un médico de familia experto en TCC con contenido de técnicas de relajación, terapia cognitiva, debate de distorsiones cognitivas y terapia de aceptación y compromiso. Mediciones: cuestionarios de ansiedad y depresión de Beck (BAQ y BDQ), cuestionario GAD-7 de ansiedad y PHQ-9 de depresión. Análisis estadístico descriptivo (medias y porcentajes), comparación de medias y frecuencias antes/después mediante t de Student y chi-cuadrado.

Resultados: 21 pacientes de 3c grupos de intervención. 81% mujeres. Edad media 42,9 años (DE 11,3). Ansiedad significativa (BAQ): pre-intervención 52,4%; post-intervención 4,8%; $p < 0,0001$. Ansiedad significativa (GAD-7): pre-intervención 61,9%; post-intervención 23,8%; $p < 0,0001$. Depresión significativa (BDQ): pre-intervención 42,9%; post-intervención 14,3%; $p < 0,0001$. Depresión significativa (PHQ-9): pre-intervención 57,1%; post-intervención 19,0%; $p < 0,0001$. Puntuación media. BAQ inicial: 29; post-intervención: 13,1; $p < 0,0001$. BDQ inicial: 24,05; post-intervención: 11,33; $p < 0,0001$. GAD-7 inicial: 12,71; post-intervención: 6,62; $p < 0,0001$. PHQ-9 inicial: 15,9; post-intervención: 8,52; $p < 0,0001$.

Conclusiones: Una intervención grupal en el ámbito de la atención primaria, con contenidos de TCC es efectiva para la reducción de síntomas de ansiedad y/o depresión.

Palabras clave: Terapia. Intervención. Ansiedad.