

TRATAMIENTO PSICOLÓGICO TRANSDIAGNÓSTICO DE LOS PROBLEMAS EMOCIONALES (ANSIEDAD Y DEPRESIÓN) EN ATENCIÓN PRIMARIA

RESÚMEN

Se parte de un enfoque de los trastornos de ansiedad y la depresión entendidos como un proceso psicopatológico de las emociones que se desarrolla a través del tiempo, partiendo de las reacciones emocionales normales, que van evolucionando en intensidad, frecuencia y número de respuestas (modelo dimensional), por distintos caminos (modelo de redes causales), hasta los distintos cuadros clínicos y sus comorbilidades. En dicho proceso se observan varios tipos de aprendizaje emocional, tanto cognitivo (errores cognitivos de magnificación, sobreatención y rumiación), como fisiológico (alta activación) y conductual (evitaciones, comprobaciones, desactivación y otras conductas), así como la influencia de factores de riesgo ambientales (estrés, tabaco, cannabis, consumo de otras sustancias) y de la personalidad (rasgos obsesivos, perfeccionismo, rigidez, neuroticismo, inhibición social). Este enfoque es compatible con la evaluación individual de factores cognitivos, emocionales y conductuales, específicos para cada tipo de trastorno de ansiedad, y su correspondiente diagnóstico, así como con un enfoque transdiagnóstico de los trastornos emocionales.

Se describe el protocolo transdiagnóstico para el tratamiento psicológico de los problemas emocionales en Atención Primaria (PsicAP), que se está aplicando en un ensayo clínico aleatorizado multicéntrico en varias comunidades autónomas, incluida la de Andalucía. Este protocolo se desarrolla en 7 sesiones que incluyen: psicoeducación, reestructuración cognitiva, relajación, entrenamiento conductual y prevención de recaídas.

También se describen los instrumentos de evaluación de los resultados primarios del ensayo: las escalas que componen el Cuestionario de Salud del Paciente (Patient Health Questionnaire, PHQ).

Se presentan casos clínicos y su abordaje práctico mediante el protocolo definido en el Manual del Terapeuta para el ensayo PsicAP.

OBJETIVOS

- Presentar un modelo transdiagnóstico de tratamiento de los problemas emocionales: ansiedad, depresión, somatizaciones, trastornos adaptativos y condiciones físicas crónicas
- Describir el Manual del Terapeuta del ensayo clínico aleatorizado sobre Tratamiento psicológico de los problemas emocionales en Atención Primaria (PsicAP)
- Presentar, analizar y discutir casos clínicos con problemas emocionales
- Abordar de forma práctica la intervención psicológica de estos casos, utilizando la exposición y el role-playing