

GOBIERNO DE NAVARRA

DESARROLLO ECONÓMICO

DERECHOS SOCIALES

HACIENDA Y POLÍTICA FINANCIERA

PRESIDENCIA, FUNCIÓN PÚBLICA,
 INTERIOR Y JUSTICIA

RELACIONES CIUDADANAS E
 INSTITUCIONALES

EDUCACIÓN

SALUD

CULTURA, DEPORTE Y JUVENTUD

DESARROLLO RURAL, MEDIO
 AMBIENTE Y ADMINISTRACIÓN LOCAL

SEGURIDAD Y EMERGENCIAS

Salud estudia la introducción de nuevos recursos de atención psicológica desde Atención Primaria

Participa en un ensayo clínico nacional dirigido a medir la efectividad de la psicoterapia grupal en los trastornos emocionales más habituales, problemas que motivan ya una de cada dos consultas en los centros de salud

Miércoles, 19 de abril de 2017

La gerencia de Salud Mental de Navarra, junto con los centros de salud de Azpilagaña y San Jorge de Pamplona, participan en un ensayo clínico estatal dirigido a determinar los recursos más efectivos para tratar los cada vez más frecuentes trastornos de ansiedad, depresión leve o moderada y somatizaciones que se registran en las consultas de Atención Primaria. Los resultados de esta investigación pretenden servir

de base para valorar la introducción de nuevos servicios de asistencia psicológica desde los centros y consultorios de salud, como pueden ser la psicoterapia grupal basada en la evidencia.

El conocido como estudio PsicAP, promovido por la Fundación Española para la Promoción y el Desarrollo Científico y Profesional de la Psicología, surge de la necesidad de dar una respuesta asistencial adecuada y eficaz al aumento de las consultas vinculadas a trastornos emocionales o trastornos mentales comunes en la red de Atención Primaria. Según los últimos datos de prevalencia, los trastornos mentales comunes generan ya el 49,2% de las consultas que se producen en los centros y consultorios de salud, de las que el 25,6% tiene que ver con problemas de ansiedad, el 35,8% con cuadros de depresión y el 28,8% con somatizaciones.

El estudio PsicAP y sus resultados pretenden ser una referencia para la mejora y aumento de los recursos asistenciales destinados a tratar trastornos mentales comunes que, pese a no tener la consideración de graves, son muy prevalentes en Atención Primaria, generan gran cantidad de consultas sucesivas, tienden a cronificarse y están



asociados a una alta comorbilidad y al desarrollo de enfermedades físicas.

El estudio, en el que participan 30 centros de salud de 12 comunidades autónomas, está centrado en analizar la efectividad de los grupos de terapia cognitivo-conductual como alternativa o complemento al tratamiento habitual que se vienen ofreciendo en Atención Primaria a este tipo de pacientes. La hipótesis inicial es que esta clase de terapia es más eficaz y eficiente que el tratamiento convencional, reduce o elimina la necesidad de tratamiento farmacológico y obtiene mejores resultados de seguimiento a medio y largo plazo.

En Navarra, la investigación cuenta con la participación de diez médicos y médicas de los centros de salud de San Jorge y Azpilagaña, cuatro profesionales de la Psicología Clínica y dos especialistas de Psicología en formación (PIR). El equipo está coordinado por el psicólogo clínico Germán Jusué Erro, jefe de Servicio del Área de Recursos Intermedios de Salud Mental e investigador principal del proyecto, que cuenta con la colaboración de la directora del centro de salud de San Jorge, Lucía Marín, y el director del centro de salud de Azpilagaña, Pablo Pascual.

Sesiones de psicoeducación, entrenamiento cognitivo-conductual y relajación

El pasado mes de septiembre se inició la fase de acreditación y formación del equipo de investigación que llevará a cabo el estudio en Navarra. En los últimos meses, siguiendo las exigencias del ensayo clínico, se ha realizado en cada centro de salud el reclutamiento, evaluación y selección de la muestra de pacientes que participará en el estudio, unas 46 personas entre ambos centros.

La mitad de estas personas, seleccionadas de manera aleatoria, ha comenzado a recibir este mes sesiones de terapia. La otra mitad, recibirá el tratamiento habitual aplicado hasta ahora en Atención Primaria, que combina apoyo psicológico no especializado con tratamiento farmacológico, en los casos que se considere necesario. La evolución de ambos grupos servirá de base comparativa para la investigación.

El perfil de las personas seleccionadas se ajusta al obtenido en los resultados preliminares de la investigación, presentados recientemente en el Ministerio de Sanidad: mujer de unos 45 años, casada, con estudios básicos o medios, empleada a jornada completa y con 2 o 3 trastornos psicológicos.

Está previsto que las sesiones de psicoterapia grupal, recientemente iniciadas, finalicen el 27 de junio. En total, se celebrarán siete sesiones de terapia cognitivo-conductual, fundamentadas en la psicoeducación, el desarrollo de técnicas de relajación, la reestructuración de la forma de pensar o enfocar los problemas que originan el trastorno inicial, el entrenamiento conductual para afrontar situaciones y el desarrollo de habilidades para prevenir recaídas.

Tras la celebración de las sesiones, se realizará la evaluación de resultados iniciales y un seguimiento-evaluación de los y las participantes a los 3, 6 y 12 meses. En paralelo, se realizará el mismo procedimiento con los y las pacientes que han recibido el tratamiento convencional.

El estudio valorará el índice de recuperación total de ambos grupos, la disminución de los síntomas emocionales iniciales, el aumento de la calidad de vida de las personas tratadas, su efecto en la disminución de consumo de fármacos y el mantenimiento en el tiempo de los beneficios que pueda proporcionar la terapia.

Tasas de recuperación de hasta el 76%

Este proyecto piloto sigue la línea de estudios anteriores realizados en países como Reino Unido o Estados Unidos, donde el aumento de las terapias psicológicas y la mejora de la accesibilidad a las mismas desde Atención Primaria han generado tasas de recuperación de entre el 63% y el 76% en cuadros de depresión y ansiedad. Se trata de unos niveles de recuperación altos y muy similares a los obtenidos en los resultados preliminares de la investigación PsicAP, presentados recientemente en el Ministerio de Sanidad, y que se sitúan en el 72%, en los casos de depresión, y el 67%, en casos de ansiedad generalizada.

El estudio pretende servir de base para diseñar futuras estrategias asistenciales en el área de Salud Mental, en colaboración con Atención Primaria. En Navarra, la propuesta inicial es aumentar los recursos de psicoterapia disponibles en la red de Salud Mental para atender los trastornos emocionales comunes de Atención Primaria, facilitando y agilizando el acceso a los mismos desde los centros y consultorios de salud.

Para ello, se busca establecer protocolos de comunicación que permitan la derivación directa desde Atención Primaria a estas psicoterapias grupales, sin necesidad de pasar por la evaluación previa de profesionales de Psiquiatría de los Centros de Salud Mental (CSM), [como ya está ocurriendo con el grupo que acaba de ponerse en marcha para tratar a pacientes con fibromialgia](#). Este tipo de recursos asistenciales se integran en el Programa de Atención Continuada de Salud Mental, que se ubica actualmente en el Centro de Salud Mental de Ansoáin.