

TERAPIA GRUPAL PARA EL TRASTORNO DE PÁNICO EN ATENCIÓN PRIMARIA

Horcajo Marrupe Belén María, Alonso García Iciar, Escobar Fernández Jose Luis, Alfaro González Juan Vicente, Izquierdo Ros María Teresa, Rodríguez Martínez Azucena.

Presentador: Alfaro González Juan Vicente

OBJETIVO: probar la eficacia del tratamiento grupal de corte cognitivo-conductual en pacientes con ataques de pánico. Demostrar la utilidad de la intervención psicológica para la ansiedad en atención primaria.

METODOLOGÍA:

- 6 sesiones semanales de 90 minutos.
- 14 pacientes (18-60 años)
- Diagnóstico: Trastorno de pánico.
- Exclusión:* otros diagnósticos psiquiátricos comórbidos.
- Evaluación ansiedad pre y post* con Cuestionario de Ansiedad Estado-Rasgo Spielberg.
- Contenido:* psicoeducación de la ansiedad, respiración diafragmática y relajación muscular progresiva, reestructuración cognitiva, exposición en imaginación, listados de situaciones ansiógenas, exposición semanal y cierre.

RESULTADOS

UNIDAD DE MEDIDA: PERCENTIL	ANSIEDAD ESTADO PRE	ANSIEDAD ESTADO POST	ANSIEDAD RASGO PRE	ANSIEDAD RASGO POST
MEDIA GRUPAL	85	30	90	75
JÓVENES (18-35 AÑOS)	89	20	97	70
MAYORES (36-60 AÑOS)	82	44	91	80

CONCLUSIONES: Nuestros resultados muestran un descenso en la sintomatología ansiosa en estos pacientes y apoyan lo recogido en la literatura científica: el tratamiento cognitivo-conductual individual o grupal ha mostrado su eficacia en los ataques de pánico. En muchas ocasiones, es el primer síntoma por el que se consulta en Atención Primaria. De no ser tratado, dar lugar a otras patologías psiquiátricas de mayor gravedad. Por ello, es importante poder realizar el tratamiento de los mismos desde su inicio.