



Tratamiento de trastornos de ansiedad en una clínica de psicología

Francisco J. Labrador, Francisco Estupiñá, Mónica Bernaldo de Quirós, Ignacio Fernández, Pablo Alonso, Francisco Ballesteros, Carmen Blanco, Laura Gómez y María Paz García-Vera

Clínica Universitaria de Psicología y Departamento de Psicología Clínica, Universidad Complutense de Madrid

INTRODUCCIÓN

Los trastornos de ansiedad son los problemas por los que con más frecuencia se demanda atención psicológica (Estrategia Salud Mental S. N. de Salud, 2007; Labrador, Estupiñá y García Vera, 2010; Valero y Ruiz, 2003).

Parece importante caracterizar esta área de intervención psicológica, identificando tanto las principales características sociodemográficas de las personas que buscan ayuda por estos problemas, como sus características clínicas.

También es importante caracterizar los resultados de los tratamientos psicológicos, cuando se utilizan los tratamientos empíricamente apoyados (TEA) tanto para identificar la eficacia obtenida en esta intervención, como para poder compararla con tratamientos alternativos.

OBJETIVO

- Caracterizar el tipo de problemas de ansiedad por los que se demanda ayuda psicológica y los resultados de los tratamientos.

MÉTODO

- Participantes:** Se consideró a todos los pacientes adultos (N=292) que demandaron ayuda psicológica en la Clínica Universitaria de Psicología (CUP) entre 1999-2010, que cumplían los siguientes criterios:
 - Ser diagnosticado en alguna de las categorías de Trastornos de Ansiedad según criterios DSM-IV-TR
 - Haber finalizado el tratamiento
 - No existir problemas de codificación en sus datos
- Medidas:**
 - Variables Sociodemográficas: mediante cuestionario ad hoc.
 - Variables Clínicas: en el proceso de evaluación, mediante entrevista clínica, registros y cuestionarios
 - Variables de la Intervención: según informe de resultados de la intervención
- Análisis de datos:** Se realizaron análisis mediante los estadísticos descriptivos adecuados a cada variable (porcentajes, medianas, medias y desviaciones típicas).

RESULTADOS

Sexo	71,9 % mujeres	
Edad	Media = 30,01 años (Dt = 11,07) Mediana: 26	
Estado civil	27,1 % casados	
Nivel de estudios	Secundarios = 34,2 %	Universitarios= 58,9 %
Ocupación	Estudiantes = 46,9 %	Trabajadores en activo = 41,8%

Comorbilidad	Un diagnóstico primario = 228 (78.1%) Más de un diagnóstico = 64 (21.9%)
Duración problema	Media: 43,5 meses (Dt: 64,9) Duración "desde siempre" o no sabe precisar = 79 (27.2%)
Tratamientos previos	Ninguno = 135 (46.7%) Farmacológico = 71 (24.3%) Tratamientos combinados = 50 (17.1%) Otros = 36 (12.3%)

Nº Sesiones Evaluación	Media : 3,46 (Dt: 1,21)	Mediana: 3,00
Nº Sesiones Tratamiento	Media : 14,01 (Dt 11,18)	Mediana: 12,00
Nº Sesiones Seguimiento	Media : 1,20 (Dt :1,60)	Mediana: 1,00
Resultados Tratamiento	Altas: 190 (65,1%) Seguimientos: 15 (5,1%) Abandonos: 87 (29,8%)	

	Frecuencia	Porcentaje	
F40.00	Trastorno de agorafobia sin angustia	6	2,1
F40.01	Trastorno de angustia con agorafobia	42	14,4
F40.1	Fobia social	53	18,2
F40.2	Fobia específica	19	6,5
F41.0	Trastorno de angustia sin agorafobia	35	12,0
F41.1	Trastorno de ansiedad generalizada	26	8,9
F41.9	Trastorno de ansiedad no especificado	54	18,5
F42.8	Trastorno obsesivo-compulsivo	31	10,6
F43.0	Trastorno por estrés agudo	4	1,4
F43.1	Trastorno por estrés posttraumático	22	7,5
Total		292	100,0

CONCLUSIONES

- Perfil mayoritario de los pacientes: mujer joven, soltera, con estudios universitarios con algún tratamiento previo, especialmente de tipo farmacológico.
- La mayoría tiene un solo diagnóstico, no presenta comorbilidad.
- La mayoría viene de un tratamiento anterior fracasado, señal de una dificultad adicional.
- Los diagnósticos de ansiedad más frecuentes son F41.9 (T. de ansiedad no especificado); F40.1 (Fobia Social) y F40.01 (T. de angustia con agorafobia). Tres diagnósticos cubren el 50% de los casos.
- El promedio de sesiones de evaluación (3,5) y de tratamiento (14) es reducido.
- Los porcentajes de altas son elevados (65%).
- Los costos estimados (a fecha de 2010) son de 840 € por tratamiento (17.5 sesiones a 48€, precio mínimo marcado por el COP hasta 2009).
- En resumen: el uso de procedimientos basados en los TEA en el tratamiento de problemas de ansiedad presenta una elevada eficacia o un coste reducido y con un tiempo de tratamiento que no excede, en promedio los cuatro meses.

REFERENCIAS

- Ministerio de Sanidad y Consumo (2007) Estrategia en Salud Mental del Sistema Nacional de Salud. Ministerio de Sanidad y Consumo. Centro de publicaciones: Madrid.
- Labrador, F.J.; Estupiñá, F.J. y García Vera, M.P. (2010) Demanda de atención psicológica en la práctica clínica: tratamientos y resultados. *Psicothema* 2010. Vol. 22, nº 3, pp. 619-626 .
- Valero, L. y Ruiz, M. A. (2003) Evaluación de un servicio de salud mental: análisis de la demanda y datos epidemiológicos. *Psiquis*, 24 (1), 11-18

AGRADECIMIENTOS Y DIRECCIÓN

Nuestro agradecimiento al equipo de psicólogos de la Clínica Universitaria de Psicología de la UCM (Sara Escudero, Clara Gesteira, María González, Marta Labrador, Noelia Morán, Natalia Moreno y Alejandro Zapardiel) por su ayuda a lo largo de la investigación. Este trabajo ha sido realizado en el marco del proyecto PSI2009-13100 del Ministerio de Educación y Ciencia

Dirección para la correspondencia : Francisco J. Labrador, Departamento de Psicología Clínica. Universidad Complutense de Madrid, Campus de Somosaguas, 28223 Madrid. Correo electrónico: labrador@cop.es