

IV CONGRESO NACIONAL DE PSICOTERAPIA DE FEAP 2022

“PROGRAMA DE INTERVENCIÓN PARA EL ABORDAJE DEL MALESTAR EMOCIONAL EN ATENCIÓN PRIMARIA”

María Fernández Gordo, Aida Fernández Lara, Julia Abello Arias y Amaia Irazabal Bengoa.

INTRODUCCIÓN

En atención primaria entre el 20 y 25% de las consultas diarias son realizadas por personas que tienen como principal o único motivo de consulta un problema de salud mental. Es un hecho que las consultas de Atención primaria están recibiendo cada vez más visitas de pacientes que presentan síntomas más o menos prevalentes de angustia emocional. En la mayoría de los casos, se trata de cambios sutiles o trastornos de adaptación relacionados con las características psicológicas de cada persona y las realidades sociales, económicas y familiares en las que debemos vivir, lo que se traduce en un aumento de las derivaciones a Salud mental por ese motivo.

En este contexto surge la necesidad de crear un programa específico de intervención para pacientes diagnosticados de trastornos adaptativos que permita dar respuesta a su malestar eficientemente, evitando así la patologización de los problemas de la vida y la sobrecarga del sistema sanitario.

OBJETIVO

Se presenta una propuesta de programa de intervención para el abordaje del malestar en coordinación con atención primaria en el área VII (Mieres) del Servicio de Salud pública de Asturias que tiene como objetivos: Establecer los mecanismos de coordinación/ colaboración entre atención primaria y salud mental con el fin de mejorar la atención a la Salud Mental de los usuarios en la red de atención sanitaria en el área de Mieres. Evitar la psiquiatrización y psicologización de los malestares de la vida y Evitar la cronificación.

MÉTODO

El programa va dirigido a pacientes, mayores de 18 años, que refieran malestar psicológico o desordenes emocionales de intensidad leve y de aparición reciente (susceptibles de ser diagnosticados de trastorno adaptativo F43.2)

Los profesionales de atención primaria que cuenten en su cupo con pacientes con las características anteriormente mencionadas tendrán la posibilidad de realizar una derivación a salud mental del caso, este será incluido en el “programa de abordaje del malestar emocional”. Será atendido en un rango de una a ocho ocasiones y realizará posteriormente control por parte de su médico de atención primaria.

Fases:

Fase 1 (Evaluación y diagnóstico)— Dos sesiones como máximo: Se expondrá al paciente el plan de tratamiento y encuadre de las sesiones. Fase dedicada a la contención, elaboración y orientación. Es una fase de co-construcción terapeuta-paciente en la que nuestra labor será escuchar, seleccionar y construir.

Fase 2 (Tratamiento psicoterapéutico)—Cuatro sesiones como máximo: Se utilizarán estrategias y herramientas propias de terapia breve centrada en soluciones.

Fase 3 (Cierre y prevención de recaídas)—Dos sesiones como máximo (espaciadas, mensualmente)

RESULTADOS

La medición de los resultados se llevará a cabo a través de:

- Monitorización.
- Modelo de registro.
- PHQ-9 (síntomas depresivos y gravedad).
- Escala de ansiedad de Hamilton.

CONCLUSIONES

En los últimos años con la crisis económica y más recientemente con la sanitaria se ha detectado un incremento del malestar emocional.

La mayor demanda de la población relacionada con la salud mental obtiene como respuesta del sistema sanitario un incremento en la prescripción.

El proyecto tiene como fin primordial mejorar la salud mental de los usuarios con repercusión también en el seguimiento y pronóstico de enfermedades comórbidas, en la funcionalidad y calidad de vida.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Beyebach, M. (2014) 24 ideas para una psicoterapia breve (2ªed.). Herder Editorial S.L. ISBN 9788425432736

Beyebach, M y Herrero de la Vega, M. (2016) 200 tareas en terapia breve. Herder Editorial. ISBN 9788425438257

Organización Mundial de la Salud. (2000) Guía de bolsillo de la clasificación CIE-10: clasificación de los trastornos mentales y del comportamiento. Editorial Médica Panamericana.