

ABORDAJE PSICOTERAPÉUTICO DEL DUELO PROLONGADO

Irene García Bartolomé¹, Enrique Guerra Gómez²

1. Psicóloga sanitaria en Madrid, España 2. Psiquiatra privado, Madrid, España

INTRODUCCIÓN

En mayo de 2019 la CIE-11 publicó el diagnóstico de duelo prolongado. En el DSM-5-TR (2022) se publicaron los criterios para el duelo prolongado. La patología aparece en el 10% de los duelos, se produce a partir de los 12 meses en los adultos y los 6 meses en niños. La persona puede experimentar anhelos y preocupaciones intensas todos los días, a lo largo de varios meses. El individuo experimenta molestias clínicas significativas y/o deterioro social, laboral o en otras áreas del funcionamiento.

La hipótesis que se plantea es que al ser el duelo prolongado un diagnóstico reciente, se hipotetiza que habrá pocos estudios que traten acerca de la evidencia/eficacia de la psicoterapia de dicho trastorno.

OBJETIVO

Verificar a través de una revisión bibliográfica sistemática de la literatura si existe un número significativo de artículos que traten sobre las psicoterapias que presenten evidencia y/o eficacia científica.

MÉTODO

Se realizó una búsqueda de los artículos publicados en los últimos diez años en PUBMED y en Web Of Science utilizando los descriptores “prolonged grief disorder” / “psychotherapy”.

RESULTADOS

Con PUBMED se obtuvieron un total de 81 artículos de los cuales el 48´1% corresponden con el contenido específico, con Web Of Science se extrajeron un total de 78 artículos de los cuales un 20´5% son válidos para el estudio.

Las psicoterapias más utilizadas y con mayor evidencia científica son aquellas de estirpe cognitivo-conductuales apareciendo en un 47´2%, terapia interpersonal (TIP) en un 12´7% y en porcentajes menores terapia de apoyo (TA).



DISCUSIÓN

Dentro de los artículos seleccionados destacamos los siguientes estudios. Van Denderen y col. (2018) llevaron a cabo un ensayo en donde se examinaba la eficacia de un tratamiento que incluía la terapia cognitivo-conductual (TCC), la desensibilización y reprocesamiento por movimientos oculares. Johannsen y col. (2019) realizaron un metanálisis sobre ensayos clínicos de psicoterapia del duelo prolongado, se aplican terapias individuales, de grupo y familiares, utilizando TCC, TIP, TA etc. Boelen y col. (2021) realizaron un estudio con niños y adolescentes, usando en la mitad de la muestra TCC y con la otra mitad TA.

CONCLUSIONES

Habiendo más del 45% de artículos válidos para este estudio, se rechaza la hipótesis planteada. Encontramos, además, un gran número de estudios que respaldan que las terapias de estirpe cognitivo-conductual presentan mayor evidencia científica en el trastorno.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Van Denderen, M., de Keijser, J., Stewart, R., & Boelen, P. A. (2018). Treating complicated grief and posttraumatic stress in homicidally bereaved individuals: A randomized controlled trial. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 25(4), 497-508.
2. Johannsen, M., Damholdt, M. F., Zachariae, R., Lundorff, M., Farver-Vestergaard, I., & O'Connor, M. (2019). Psychological interventions for grief in adults: a systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *Journal of Affective Disorders*, 253, 69-86
3. Boelen, P. A., Lenferink, L. I., & Spuij, M. (2021). CBT for prolonged grief in children and adolescents: A randomized clinical trial. *American Journal of Psychiatry*, 178(4), 294-304.