

# La intervención psicológica en el Estado Mental de Alto Riesgo: Evidencia actual

Carmen López Rodríguez (carloprod93@gmail.com), Maria de los Ángeles Payán Bravo.  
**Hospital Universitario Virgen de Valme, Sevilla**

## INTRODUCCIÓN

Los Estados Mentales de Alto Riesgo (EMAR) son aquellos presentes en la población vulnerable para el desarrollo de la psicosis y se caracterizan por alteraciones del afecto, cognición, conducta o funcionamiento social, y por la presencia de manifestaciones prodrómicas inespecíficas. En la actualidad, los criterios de la IEPA-OMS definen operativamente los perfiles EMAR.

El conocimiento de que la psicosis suele ir precedida de un estado mental con síntomas atenuados y deterioro en la calidad de vida conduce al planteamiento de que intervenir antes de su manifestación franca podría evitar o retrasar su aparición. **Palabras clave.** *Estado Mental de Alto Riesgo, Intervención Cognitivo Conductual, Intervención Familiar, Intervención Comunitaria, Mindfulness.*

## OBJETIVOS

**General.** Revisar la evidencia actual de las intervenciones psicológicas en el EMAR.

**Específico.** Conocer y analizar la disponibilidad de tratamientos con enfoques psicoterapéuticos alternativos.

## MÉTODO

Realizamos una búsqueda con palabras clave en varias bases de datos (PsyInfo, Pubmed...), con ajuste del criterio temporal desde 2016 hasta la actualidad y sin restricciones de idioma. Tras la selección inicial, añadimos varios trabajos por referencias cruzadas y consultamos las GPC. Finalmente incluimos 20 estudios que se ajustaron a nuestros criterios de calidad.

## RESULTADOS

- La intervención cognitivo-conductual (ICC) es eficaz en la prevención de la psicosis, en la reducción de los síntomas psicóticos subumbrales y en la disminución de los síntomas comórbidos en mayores de 18 años. Su eficacia en la adolescencia aún no está clara. Por otra parte, la psicoeducación familiar es efectiva, aunque el número de estudios es mucho menor.
- La intervención familiar no psicoeducativa y la intervención comunitaria son eficaces en la reducción de la ansiedad y la depresión asociadas a los síntomas.
- La terapia de apoyo basada en la escucha reflexiva fue más eficaz que la ICC en la reducción de la angustia.
- No hay datos concluyentes sobre los efectos de las terapias de tercera generación ni las intervenciones neurocognitivas, aunque podrían mejorar la calidad de vida general.

## CONCLUSIONES

No hay suficientes estudios que analicen la eficacia de intervenciones alternativas a la ICC, que sí parece ser efectiva. Nos encontramos además con una aproximación general basada en el síntoma, que teniendo en cuenta la gran heterogeneidad de esta población, conllevan a la pérdida de información y a la dificultad para comprender las causas del desarrollo de la psicosis. Consideramos importante el desarrollo de estudios longitudinales que tengan en cuenta otras variables personales, como las experiencias traumáticas o el desarrollo de la personalidad.

- Bertolote J y McGorry PD (2005). Early intervention and recovery for young people with early psychosis: consensus statement. *British Journal of Psychiatry*, 187 (48), 116-119.
- Yung AR y Nelson B (2013). The ultra High Risk Concept-a review. *Canadian Journal of Psychiatry*, 58 (1), 5-12.
- Devoe DJ, Farris MS, Townes P, Addington J (2019). Interventions and social functioning in youth at risk of psychosis: A systematic review and meta-analysis. *Early Intervention in Psychiatry*, 13(2), 169-180.
- Rinne GR, O'Brien MP, Miklowitz DJ, Addington JM y Cannon TD (2021). Depression, family interaction and family intervention in adolescents at clinical-high risk for psychosis. *Early Intervention in Psychiatry*, 15(2), 360-366