

XI Jornadas de Investigación. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires, 2004.

EL USO DE LA PSICOEDUCACION COMO ESTRATEGIA TERAPEUTICA.

Dr. Bulacio Juan Manuel, Lic. Vieyra María Carmen, Lic. Alvarez Daneri Cecilia y Lic. Benatuil Denise.

Cita:

Dr. Bulacio Juan Manuel, Lic. Vieyra María Carmen, Lic. Alvarez Daneri Cecilia y Lic. Benatuil Denise (2004). *EL USO DE LA PSICOEDUCACION COMO ESTRATEGIA TERAPEUTICA. XI Jornadas de Investigación. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.*

Dirección estable: <https://www.aacademica.org/000-029/16>

ARK: <https://n2t.net/ark:/13683/eVAu/gDs>

Acta Académica es un proyecto académico sin fines de lucro enmarcado en la iniciativa de acceso abierto. Acta Académica fue creado para facilitar a investigadores de todo el mundo el compartir su producción académica. Para crear un perfil gratuitamente o acceder a otros trabajos visite: <https://www.aacademica.org>.

247 - EL USO DE LA PSICOEDUCACION COMO ESTRATEGIA TERAPEUTICA

Autor/es

Autor: Dr. Bulacio Juan Manuel Co autores: Lic. Vieyra María Carmen; Lic. Alvarez Daneri Cecilia; Lic. Benatuil Denise.

Institución que acredita y/o financia la investigación

Instituto de Ciencias Cognitivas Aplicadas

Resumen

En el presente trabajo se destacará la importancia de realizar un enfoque psicoeducacional como complemento y facilitador del tratamiento integral de los trastornos de ansiedad. Se presentan los datos obtenidos en un estudio realizado con 120 pacientes que concurrían a los grupos psicoeducativos y de autoayuda. Se releva, mediante una escala, la atribución que el paciente hace sobre su mejoría. Los resultados destacan la importancia de la psicoeducación y la relajación/respiración entre otros. Estos recursos se ven favorecidos en el abordaje grupal propuesto.

Resumen en Inglés

This paper will stand out the importance of psychoeducational focus like complement and facilitator of the integral treatment for anxiety disorders. The data presented had been obtained in a study with 120 patients that assist to the psychoeducational and self-help groups. The attribution that patient makes about their improvement, were raised by a scale. The results highlight the importance of psychoeducational and breathing/relaxing techniques among others. These

resources are favored by the kind of proposed groups. Key words:
Psychoeducational - Group – Anxiety - Improvement attribution-

Palabras Clave

Psicoeducación Grupo Ansiedad Atribucion

Hoy en día se habla mucho acerca de la importancia de la psicoeducación en los diversos trastornos mentales. En este artículo nos proponemos exponer brevemente algunos fundamentos y sus campos de aplicación. Asumimos la psicoeducación como una actitud integral que puede, por lo tanto, implementarse en los diferentes recursos terapéuticos y en modo específico en los llamados Grupos Psicoeducacionales y de Autoayuda (1).

Se entiende por psicoeducación al proceso que permite brindar a los pacientes la posibilidad de desarrollar, y fortalecer sus capacidades para afrontar las diversas situaciones de un modo más adaptativo (2).

El profesional de la salud que imparte psicoeducación tiene por objeto orientar y ayudar a identificar con mayor entendimiento y claridad el problema o la patología para enfocar adecuadamente, en forma conjunta, su resolución o tratamiento y favorecer, por ende una mejora en la Calidad de Vida. La psicoeducación como herramienta terapéutica es viable de utilizar en diferentes tipos de abordajes: Individual, familiar, grupal, vincular, etc.

DESARROLLO

Es sabido que los trastornos de ansiedad representan el problema mental más frecuente entre todos los trastornos psiquiátricos y son el motivo de consulta más habitual (3).

Con la difusión masiva acerca de estos trastornos ha disminuido el subdiagnóstico que se comprobaba hasta hace pocos años. Sin embargo, en ocasiones, este problema continúa y se asocia, paradójicamente, con un sobrediagnóstico por parte de profesionales no entrenados. Por estos motivos es de gran importancia continuar con una psicoeducación amplia dirigida no sólo a las personas o pacientes en general sino también a los profesionales que de algún modo están en contacto con estas patologías. (1)

Por su misma naturaleza los trastornos por ansiedad se ven particularmente favorecidos por los abordajes psicoeducacionales. Partiendo de un diagnóstico adecuado se tratan de un modo integral, entendiendo por tal, diferentes recursos: evaluación clínica global y contacto con otros profesionales de la salud, tratamientos psiquiátrico-farmacológicos específicos, psicoterapia individual cognitivo-comportamental, psicoterapias vinculares y recursos grupales con la citada orientación psicoeducacional y de autoayuda (4).

La psicoeducación abarca: *Contenidos “ psicológicos”* - un conocimiento teórico general para el autoconocimiento tanto racional como emocional y conductual -, *procedimientos*

-herramientas aplicables- , *destinatarios* -el psicoeducando que aprende a través de la observación (teórica) y a través de la ejecución de lo aprendido-.

En el Hospital Francés y en el ICCAp, tenemos grupos psicoeducativos y de autoayuda abiertos a cualquier cuadro de ansiedad que cumpla con los criterios del DSM IV (evaluados con la MINI) (5) por lo cual presentan una rotación continua de pacientes.

Los grupos están coordinados de modo permanente por profesionales, lo que hace que se sostenga un determinado encuadre, procedimiento y contenido. En donde se imparte Psicoeducación específica en la que se integran técnicas terapéuticas y recursos de autoayuda (4).

Para evaluar la eficacia del grupo en el Hospital Francés se utilizó una escala donde cada uno de los integrantes del grupo evaluaba que recurso de los utilizados consideraba como factor determinante de su mejoría. Se incluyeron en la muestra (N=120) aquellos pacientes que cumplieran con las distintas áreas del tratamiento (psiquiátrico, psicoterapéutico y grupal) sin considerar el tipo de diagnóstico específico ni el tiempo de concurrencia al grupo. (1)

De los datos obtenidos se destaca la importancia atribuida por parte de los pacientes a la psicoeducación (67.5 %), la relajación/respiración (62.5 %) y escuchar a otros pacientes con la misma problemática (57.5%) por sobre la farmacología (27.5) y la psicoterapia individual (32.5) (6). Estos resultados no miden la importancia real relativa de cada procedimiento, pero hacen evidente la gran importancia de la psicoeducación, que puede así actuar como facilitador y potenciador de los otros, indispensables, recursos evaluados.

De un modo más amplio podemos agregar que la psicoeducación es un proceso que puede orientarse a la psicopatología o a las personas en general, tengan o no una afección clínica. Por lo tanto, puede ser impartido en modo específico por los profesionales de la salud mental o bien, en modo indirecto por los profesionales de los distintos ámbitos de salud.

En el marco del tratamiento individual debe impartirse desde la primera entrevista y probablemente por un largo tiempo, ya que deberá ser dosificada según los tiempos disponibles, las etapas del tratamiento y el interés específico del paciente.

Debe adecuarse al nivel sociocultural de este, a su personalidad, su patología y su información previa. Los contenidos psicoeducacionales deben centrarse en: el diagnóstico y sus implicancias, la necesidad de realizar un tratamiento integral, el fundamento del tratamiento psicofarmacológico, el fundamento de la psicoterapia recomendada (individual, familiar, grupal), la importancia “ per se” de la psicoeducación., la importancia de desarrollar la creatividad en su propia vida y en el tratamiento mismo, la definición del objetivo final del tratamiento en relación con la calidad de vida.

Conclusión la psicoeducación puede utilizarse como un potenciador de las distintas instancias del tratamiento de los trastornos mentales, particularmente de los trastornos por ansiedad. Puede implementarse en grupos específicos para tal fin. Es considerado por los pacientes de gran valor para su mejoría. A pesar de lo reconocido de su utilidad falta desarrollar una metodología específica para su aplicación. Nosotros pretendemos utilizarla como parte de un tratamiento integral con el objetivo general de mejorar la calidad de vida.

Bibliografía

(1) Bulacio, J.M.; Vieyra, M.C; Rivero, M.E. (2003) ¿Porque Grupos Psicoeducacionales y de autoayuda en trastornos de ansiedad? *Anxia* (enero a marzo 2003).

(2) Bulacio J.M. y Vieyra, M.C (2003) Psicoeducación en salud. Disponible en <http://www.Intramed.net>

(3) Sandin, B y Chorot, P. (1995) Concepto y categorización de los trastornos de ansiedad. En: A. Belloch; B. Sandin y F. Ramos. *Manual de Psicopatología*, Madrid: Mc Graw Hill. Vol 2.

(4) Kaplan, H; Sadock, B y Gebb, J.(1994) *Sinopsis de Psiquiatría*, Buenos Aires; Panamericana.

(5) Sheehan, D.V. (1997) Reliability and Validity of the MINI International Neuropsychiatric Interview (MINI):

According to the SCID-P. *European Psychiatry*; 12: 232-241.

(6) Bulacio, J.M (2003) Atribuciones de la mejoría del paciente ansioso. Trabajo presentado en el Congreso de Asociación de Psiquiatría APSA Abril de 2003.