

LA TERAPIA COGNITIVO-CONDUCTUAL PARA LA DEPRESIÓN Y ANSIEDAD INFANTO-JUVENIL, LA ALTERNATIVA MÁS RENTABLE

Aída de Vicente y Susana Villamarín

La terapia cognitivo-conductual en su modalidad grupal, constituye la alternativa más rentable en términos de costes-beneficios para el tratamiento de los problemas de depresión y ansiedad en niños. Esta es una de las conclusiones del informe *Investing in children's mental health (Invirtiendo en la salud mental de los niños)*, publicado por el Centro de Salud Mental del Reino Unido (*Centre for Mental Health*) y del que ya hemos hablado en anteriores ocasiones.

En el informe se realiza una revisión de las intervenciones que han demostrado su eficacia para el tratamiento de los trastornos mentales más frecuentes en la población infanto-juvenil, tales como los trastornos de conducta, los trastornos del estado de ánimo y el trastorno por déficit de atención con hiperactividad, examinando su utilidad en términos de costes/beneficios.

Los resultados del análisis que realizan los autores acerca de los programas de intervención para los trastornos de ansiedad y depresión, se presentan en las tablas 1 y 2, respectivamente.

Según se desprende de los resultados obtenidos en el análisis de costes/beneficios, y tal y como establecen los autores, “*existe evidencia clara y contundente sobre la buena relación coste-beneficio de la aplicación de intervenciones cognitivo-conductuales para los problemas de depresión y ansiedad en niños y adolescentes*”.

Las intervenciones cognitivo-conductuales, aplicadas tanto de manera indivi-

Tabla 1
Relación costes/beneficios de las intervenciones eficaces para el tratamiento de los trastornos depresivos en niños y adolescentes

Tipo de intervención	Rango de edad	Coste por niño (libras/euros)	Beneficio: ratio de coste
Terapia cognitivo-conductual grupal	12-18	£314/438€	32:1
Terapia cognitivo-conductual individual	12-18	£2.829/3.944€	2:1

*Adaptado de Khan, Parsonage y Stubbs (2015), pág. 14

Tabla 2
Relación costes/beneficios de las intervenciones eficaces para el tratamiento de los trastornos de ansiedad en niños y adolescentes

Tipo de intervención	Rango de edad	Coste por niño (libras/euros)	Beneficio: ratio de coste
Terapia cognitivo-conductual grupal para niños	5-18	£252/346€	31:1
Terapia cognitivo-conductual grupal para padres	5-18	£175/240€	10:1

*Adaptado de Khan, Parsonage y Stubbs (2015), pág. 12

dual como grupal, constituyen una inversión positiva para reducir el impacto de los trastornos de ansiedad y depresión en niños entre los 5 y los 18 años. Específicamente, la aplicación de la terapia cognitivo-conductual para los trastornos de depresión o ansiedad, en formato grupal, supone un ahorro económico de 32 y 31 euros, respectivamente, por cada euro invertido.

Tal y como subrayan los autores del informe, el ahorro que supone la aplicación de estos tratamientos en la etapa infanto-juvenil en relación con el gasto público que generan los trastornos de depresión y ansiedad si no son tratados eficazmente durante este periodo, justi-

fica y apoya la inversión de esfuerzos en esta dirección.

Desafortunadamente, la administración de este tipo de tratamientos en niños y adolescentes constituye hoy en día una de las principales carencias de los sistemas sanitarios públicos, enmarcados en una línea de actuación en la que predomina el tratamiento farmacológico de los trastornos mentales y su abordaje, principalmente, durante en la etapa adulta. Para los autores del informe, los sistemas están contruidos bajo una “*falsa economía*”, en la medida en que el no proporcionar tratamientos eficaces para la salud mental de los niños y adolescentes, como



ACTUALIDAD

la terapia cognitivo-conductual, no supone un ahorro, sino el incremento considerable del gasto público (en términos de costes sanitarios directos e indirectos y de costes sociales), mientras que la introducción de tratamientos psicológicos en este periodo supondría un inversión positiva para la economía del país, tal y como se desprende del análisis de la relación cos-

te/beneficio de estas terapias.

Se puede consultar el informe en el siguiente enlace:

http://www.centreformentalhealth.org.uk/pdfs/investing_in_childrens_mental_health.pdf

REFERENCIAS

NICE (2009) Attention deficit hyperactivity disorder (ADHD): full guideline. Disponible en: <http://www.nice.org.uk/nicemedia/live/12061/42060/42060.pdf>.

Khan, L., Parsonage, M. y Stubbs, J. (2015). Investing in children's mental health. A review of evidence on the costs and benefits of increased service provision: http://www.centreformentalhealth.org.uk/pdfs/investing_in_childrens_mental_health.pdf