

TERAPIA DE GRUPO INTERPERSONAL PARA LA DEPRESIÓN, MANUAL PROTOCOLIZADO DE LA OMS

Aída de Vicente y Susana Villamarín

La depresión constituye un problema de salud pública, siendo la primera causa de discapacidad en el mundo. Por este motivo, el tratamiento de la depresión, junto con otros trastornos graves de salud mental, aparece recogido como uno de los objetivos para la implementación del Plan de Acción de salud mental comprehensiva 2013-2020 de la Organización Mundial de la Salud (OMS), que fue aprobado durante la 66ª Asamblea Mundial de la Salud.

Con el objetivo de difundir guías de tratamientos basados en la evidencia y facilitar el acceso a una atención adecuada para las personas con trastornos mentales en todo el mundo, la OMS ha elaborado un manual protocolizado para la aplicación de la terapia de grupo interpersonal en depresión, enmarcado

dentro del programa *mental health Gap* (mhGAP) de dicha organización.

La terapia interpersonal o psicoterapia interpersonal fue desarrollada por Klerman y Weissman en la década de los 70 para el tratamiento de la depresión y ha sido adaptada para diferentes trastornos de salud mental y grupos de edad para su aplicación en múltiples contextos, contando con el apoyo científico de numerosos estudios que avalan su eficacia. A este respecto, la terapia interpersonal, junto con la terapia cognitivo-conductual y la terapia de activación conductual, forman parte de las terapias psicológicas basadas en la evidencia recomendadas por la OMS para el tratamiento de la depresión.

La terapia interpersonal se centra en la depresión, en las asociaciones entre

la depresión y los problemas actuales que influyen en las relaciones y en establecer nuevas estrategias para afrontar estos problemas. El programa propuesto por la OMS es una adaptación del programa original de Klerman y Weissman y se compone de 8 sesiones de aplicación grupal (para grupos de entre 6 y 10 miembros) de 90 minutos de duración. Este formato breve de aplicación está diseñado para que pueda ser aplicado tanto por especialistas en salud mental como por profesionales sin formación previa, bajo supervisión, y, de esta manera, ser más fácilmente diseminado.

En cuanto al contenido del programa, se ofrecen las pautas a llevar a cabo en relación con las cuatro categorías de dificultades personales que pueden asociarse a la aparición y mantenimiento de un trastorno depresivo: duelo, conflictos, cambios vitales y soledad/aislamiento social. Tal y como advierte la OMS, dada la brevedad del formato propuesto (8 sesiones), sólo pueden abordarse una o dos de estas categorías en los grupos en los que se aplique, a pesar de que en algún caso puede que el trastorno depresivo haya sido desencadenado por más de dos de estos factores.

Las personas interesadas pueden descargar el manual en el siguiente enlace:

<http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/250219/1/WHO-MSD-MER-16.4-eng.pdf?ua=1>



PAPELES DEL PSICÓLOGO
REVISTA DE PSICOLOGÍA ONLINE

TODOS
los contenidos
publicados
On line

MILES DE
ARTÍCULOS
DE PSICOLOGÍA
A tu alcance

<http://www.papelesdelpsicologo.es>

Envío de manuscritos a Papeles del Psicólogo

Nota para los autores
A partir de ahora, los autores que envíen manuscritos a Papeles del Psicólogo para su publicación tienen que hacerlo electrónicamente a través de nuestra página web:

www.papelesdelpsicologo.es

Esperamos que la nueva informatización de nuestra revista facilite el envío de originales y permita una mayor eficiencia en la gestión de los manuscritos, acortando el tiempo transcurrido entre el envío del trabajo y su publicación, y facilitando la comunicación entre los autores y los editores.