

NUEVAS EVIDENCIAS A FAVOR DEL TRATAMIENTO TRANSDIAGNÓSTICO DE LOS TRASTORNOS DE ANSIEDAD

Aída de Vicente y Susana Villamarín

Durante las últimas dos décadas se ha producido un creciente interés hacia los enfoques transdiagnósticos, alcanzando un importante desarrollo especialmente en el ámbito de los trastornos emocionales (trastornos de depresión y ansiedad). Esta perspectiva plantea la existencia de una serie de variables comunes que actúan como variables predictoras o mantenedoras de un amplio rango de trastornos psicopatológicos (variables transdiagnósticas), de manera que el tratamiento se dirige hacia la modificación de estos procesos comunes subyacentes a los diferentes trastornos en vez de aplicar tratamientos específicos para cada uno de los trastornos individuales, que es el enfoque tradicional.

En el marco de este planteamiento se han elaborado diferentes tratamientos transdiagnósticos, como por ejemplo, el Protocolo Unificado para el tratamiento transdiagnóstico de los trastornos emocionales de Barlow (2004) y se han realizado algunos estudios piloto que han puesto en evidencia que esta terapia cognitivo-conductual transdiagnóstica es al menos tan eficaz como las terapias cognitivo-conductuales tradicionales.

En esta ocasión, la revista *JAMA Psychiatry* ha publicado el primer estudio controlado aleatorizado a gran escala para evaluar la eficacia de un protocolo de tratamiento transdiagnóstico frente a otros protocolos específicos bien establecidos en un grupo de 223 pacientes con diversos problemas de ansiedad, ta-

les como trastorno de pánico, trastorno de ansiedad social, trastorno de ansiedad generalizada y trastorno obsesivo-compulsivo.

Los pacientes fueron asignados aleatoriamente a un grupo que recibió tratamiento transdiagnóstico (concretamente el Protocolo Unificado para el tratamiento transdiagnóstico de los trastornos emocionales de Barlow), a un grupo que recibió un protocolo de intervención para su trastorno mental, basado en terapia cognitivo conductual y avalado por la evidencia, (protocolo específico) o a un grupo control en lista de espera, durante 16 semanas.

Los resultados del estudio muestran que, en primer lugar, los participantes que recibieron el protocolo unificado o los protocolos específicos mejoraron sustancialmente y significativamente más que los participantes de la lista de espera sin tratamiento, siendo un resultado esperado dada la eficacia demostrada de la terapia cognitivo-conductual para los trastornos de ansiedad. En segundo lugar, los resultados evidencian que los pacientes tratados tanto con el protocolo unificado como con los protocolos específicos presentaron mejoras en el mismo grado de equivalencia, es decir, ambos tipos de intervención fueron igualmente de eficaces en las medidas de resultados principales, estando estos beneficios presentes hasta 6 meses después de finalizar el tratamiento.

No obstante, en lo que respecta a los trastornos comórbidos, muy frecuentes

en este tipo de pacientes, el protocolo unificado mostró una mayor reducción de esta sintomatología asociada. Así, si bien casi el 85% de los participantes cumplieron con los criterios DSM para otros trastornos comórbidos (principalmente para otros trastornos de ansiedad y depresión), al finalizar la intervención, cerca del 62% de los pacientes asignados al tratamiento de protocolo unificado mostró una remisión de todos sus diagnósticos de ansiedad y depresión, frente al 47,5% de los pacientes asignados al grupo de protocolos específicos. Asimismo, los participantes del grupo de protocolo unificado mostraron unas tasas mayores de cumplimiento de las sesiones (con un 75% de las sesiones completadas).

En conclusión, los resultados del estudio apoyan la aplicación de la terapia cognitivo-conductual en el abordaje de los trastornos de ansiedad (tanto en la modalidad transdiagnóstica como en la de protocolo específico), si bien parece que en el caso de los pacientes con trastornos comórbidos el enfoque transdiagnóstico resulta más apropiado al alcanzar mayores beneficios.

Fuente:

Barlow, D. H., Farchione, T. J., Bullis, J. R., Gallagher, M. W., Murray-Latin, H., Cassiello-Robbins, C. (2017). The Unified Protocol for Transdiagnostic Treatment of Emotional Disorders compared with diagnosis-specific protocols for anxiety disorders: A randomized clinical trial. *JAMA Psychiatry*, 74, 875-884