

# Tratamiento psicológico en atención primaria. Informe de casos

Nuria Miguel de Diego\*, Rocío Baleriola Recio\*, Elena Pérez Llorente\*, Ana Pascual Alonso\*, María Asunción Santos Goñi\*\*.

\*Residente de Psicología Clínica en el Complejo Asistencial Universitario de Palencia.

\*\*Psicólogo Clínico en el Complejo Asistencial Universitario de Palencia.

Dirección de correo electrónico de contacto: [nurimiguel@hotmail.com](mailto:nurimiguel@hotmail.com)

## **Introducción:**

Se han descrito en la literatura numerosas ventajas para el paciente derivadas de la presencia del psicólogo clínico en atención primaria, entre otras recibir tratamiento psicológico de manera temprana y con un seguimiento menos espaciado, que pueden contribuir a una pronta mejoría.

## **Objetivo:**

Subrayar la importancia de la figura del psicólogo clínico en atención primaria y destacar las ventajas que de ello se deriva.

## **Método:**

Es un estudio de informe de casos. Se muestra el análisis de tres casos que acuden a atención primaria y presentan sintomatología ansioso-depresiva de escasos meses de evolución (entre uno y tres meses).

La evaluación se realiza mediante entrevista clínica.

El tratamiento psicológico, de orientación cognitivo-conductual, se lleva a cabo en 4 sesiones, de frecuencia semanal.

## **Resultados:**

Caso 1: Varón, 32 años. Presenta ansiedad y ánimo subdepresivo desde hace un mes y medio, reactivos a su situación laboral, precisa baja.

Caso 2: mujer, 41 años. Elevada ansiedad y frecuentes ganas de llorar desde hace dos meses que atribuye a la actitud de su pareja pareja.

Caso 3: mujer, 59 años. Sintomatología ansioso-depresiva de 3 meses de evolución, reactiva a un problema familiar.

## **Resultados (Continuación):**

Se comenzó tratamiento individual con los tres pacientes, compuesto por:

- Psicoeducación
- Una técnica de relajación
- Activación conductual
- Reestructuración de cogniciones distorsionadas.

## Resultados (Continuación):

En los tres casos se produjo una mejoría rápida de los síntomas presentados.

Se dio el alta después de 4 sesiones de tratamiento (4 sesiones semanales = 1 mes de tratamiento).

Además, el paciente que precisó baja laboral, fue dado de alta laboral en la tercera sesión de tratamiento psicológico.

## **Conclusiones y discusión:**

El análisis descriptivo de estos casos y la bibliografía disponible sobre el tema refuerzan la importancia de disponer de psicólogos clínicos en atención primaria.

Pueden ser variables relevantes:

- Comenzar con un tratamiento psicológico en la mayor brevedad posible.
- La viabilidad de un menor distanciamiento de las sesiones.

## **Conclusiones y discusión** (Continuación):

Por un lado, la brevedad en el comienzo del tratamiento psicológico se consigue fácilmente al no ser necesario una derivación a otro dispositivo (en este caso a Salud Mental).

Por otro lado, el menor distanciamiento entre sesiones podría ser posible ya que al ser un tratamiento más breve (un criterio de derivación a Salud Mental podría ser la cronificación del trastorno, así como una mayor gravedad), se facilitaría un movimiento de pacientes más dinámico.

## **Conclusiones y discusión** (Continuación):

Este sistema en el se dispone de psicólogos clínicos en atención primaria también beneficiaría a los pacientes que deben acudir al dispositivo externo de Salud Mental, puesto que disminuirían las derivaciones y el tiempo de comienzo y entre sesiones podría ser menor.

Además de los beneficios que la existencia de esta figura ofrece para el paciente, podría suponer un menor tiempo de baja laboral, con el subsiguiente ahorro económico para el sistema (líneas futuras de investigación).



**GRACIAS  
POR SU ATENCIÓN**