

“Efectividad de 20 sesiones de terapia breve focalizada en pacientes con enfermedades crónicas con comorbilidad de depresión”

## Aspectos clínicos y psicoterapéuticos de la Ansiedad

Psic. Gurutze Iraizoz Arrieta  
Psicoterapeuta Protocolo Médico del Hospital ABC



## Entrevistas Iniciales → Depresión + síntomas de Ansiedad en los pacientes

### Investigaciones Anteriores

- Hsieh, et. al. (2016) Taiwan <sup>1</sup>
  - Comorbilidad de ansiedad y diabetes tipo 2 mayor en mujeres de mediana edad.
  - Posibilidad de padecer un trastorno de ansiedad aumenta si la persona está deprimida.
  - Prevalencia de trastornos de ansiedad es mayor en personas con diabetes tipo 2 que en la población en general.
- Madhu y Weaver (2015) India <sup>2</sup>
  - 26% de las mujeres con diabetes presentaban síntomas de ansiedad.
  - Las personas entrevistadas reportaron que:
    - La enfermedad física era la causante de su ansiedad.
    - La enfermedad física fue resultado de la ansiedad provocada ante eventos estresantes.

1 Hsieh, H. M., Huang, C. J., Jiang, H.J., Lin, C.H., Tu, H.P. & Wang, P.W. (mayo, 2016) Prevalence of anxiety disorder in patients with type 2 diabetes: a national population-based study in Taiwan 2000-2010. Springer Science+Business Media New York, DOI 10.1007/s11126-016-9436-0 pp 75-91

2 Madhu, S. V. & Weaver, J. L. (noviembre, 2015) Type 2 diabetes and anxiety symptoms among women in New Delhi, India. *American Journal of Public Health*, vol. 105, No. 11, pp 2335-2340

- Clavarino, et.al. (2015) Australia <sup>1</sup>
  - El diagnóstico de diabetes aumenta el riesgo de desarrollar un trastorno de ansiedad.
- García Sanchez, et.al. (2015) México <sup>2</sup>
  - Población que asiste a consulta control por enfermedades crónicas. 65 pacientes.
  - Escala malestar psicológico de Kessler 10.
  - 54% presentaban un riesgo muy alto de padecer un trastorno de ansiedad
  - El riesgo aumentaba si se trataba de mujeres.

1 Clavarino, A.M., Dingle, K., Hasan, S.S., Kairuz, T. & Mamun, A.A. (2015) Diabetes mellitus and the risk of depressive and anxiety disorders in australian women: a longitudinal study. *Journal of Women's Health*, vol. 24, No. 11 pp 889-898

2 García Sanchez, E., Mendoza Gonzalez, M.F. & Prado Jiménez, G.U. (noviembre, 2015) Prevalencia de ansiedad y depresión en pacientes con diagnóstico de enfermedades crónicas no transmisibles atendidos en la uneme-ec de la ciudad de Xalapa. *International Journal of Integrated Care*, vol. 15

Ansiedad y depresión = Prioridad

Entrevistas iniciales:

- Diabetes, prediabetes, obesidad y/o hipertensión
- La ansiedad les provocó la enfermedad
- La enfermedad les provocó la ansiedad
- El diagnóstico aumento la ansiedad que ya sentían.
  
- Atención psiquiátrica con anterioridad.

## Terapia Breve Focalizada de Bellak

Angustia o ansiedad: estado de desamparo psíquico en respuesta a un peligro, trauma o a su reproducción.

- Angustia de aniquilamiento.
- Angustia ante la pérdida de un objeto.
- Angustia ante la pérdida del amor del objeto.
- Angustia ante la pérdida del amor del Superyó.

## Crits-Christoph

- Experiencias interpersonales vividas como peligrosas o traumáticas → Deseos, creencias y sentimientos sobre sí mismo. Evita pensar por temor a llegar a ellos.
- Los traumas o tensiones pueden darse en cualquier etapa de la vida.
- Infancia: tipo de apego (inseguro)



# Paciente B

- Mujer, 45 años, con obesidad y pre diabetes
- Comerciante, casada, 4 hijos.
- Menor de 5 hermanos. Ambos padres trabajaban.
- Maltrato durante su infancia. Hoy en día siente que su esposo es abusivo y manipulador.
- Ideación suicida hace 15 años
- Hijos como sostén emocional, (abuela)

- Infidelidad de su esposo (3 años)
- Independencia de sus hijos
- Sentimiento de vacío a lo largo de su vida
- Comida para llenar el vacío

*“Siento que solo el pan puede llenar el vacío que tengo en el estómago”*

- Soledad vida en la infancia se refleja actualmente en sus relaciones.
- Peso=problemas

*“Cuando me veo en el espejo me da tristeza y enojo, veo a una mujer obesa, pero lo que más tristeza me da es que veo dolor. Siento que cada kilo me duele. Como para sentirme bien, pero en el espejo sólo veo dolor”*



- Comida = relación con el hambre que sintió de pequeña.  
*“Como por si mañana no tengo comida. Como cuando era pequeña”*
- Situación económica actual es más estable que durante su infancia.
- Relación con la comida → sustituto de la relación con su madre.
- Comida = afecto
- “Hambre emocional” = hambre física
- Comer la calma, física y emocionalmente, de momento

- Relaciones interpersonales → Miedo a quedarse sola y perder el amor de quienes la rodean.
- Límites = nuevas maneras de relacionarse
- Ansiedad reducida, pero no ha desaparecido.
- Posibilidad de perder la estabilidad económica = Ansiedad
- Buscar el origen de la ansiedad, en lugar de comer.
- Nuevas oportunidades laborales y de crecimiento.
  
- Final de tratamiento → trabajo en la separación para que no sea vivida como un abandono.

# Paciente N

- Mujer, 39 años, obesidad
- Tercera de 6 hermanos
- Ama de casa, casada, 3 hijos (una hija muerta al día siguiente de su nacimiento)
- Ansiosa y triste
- Evita salir de su casa
- Control sobre sus hijos (sobrepotección)

## Sueños repetitivos:

*“Estoy en un cuarto y se empieza a llenar de agua hasta que se convierte en un océano y no logro salir”*

*“Es un cuarto, hay una luz fuerte, una bomba explota y me despierto”*

- Miedo: viene de sus padres.
- Infancia “segura”
- Abandono de su padre a los 15 años
- Necesidad por cuidar a los demás. Angustia ante un posible abandono



- Mujer incapaz de demostrar afecto.
- Muerte de su hija (Amor = vulnerabilidad)
- Dependencia
- Uso de los otros para controlar sus emociones
- Control sobre los demás para no ser controlada
- Falta de conexión con las demás personas,  
únicamente ve sus necesidades

## Trabajo en consultorio:

- Tratar de comprender qué pasa a su alrededor cuando la ansiedad aumenta
- Identificar afectos y actuar de acuerdo a ellos
- Comienza a actuar con empatía. Tratar de ver las necesidades de los demás y no únicamente las suyas