ENTRENAMIENTO INDIVIDUAL BREVE BASADO EN LAS HABILIDADES DE LA TERAPIA DIALÉCTICA CONDUCTUAL (DBT) PARA ADOLESCENTES CON DESREGULACIÓN EMOCIONAL: DATOS PRELIMINARES

Ana Salvador[1], Matilde Elices[2], Ana M. Rodríguez[1], Ana Vilar[1], Icíar Ezquiaga[1], Maite Nascimento[1], Laura Díaz[1], Esther Baeza[1], Anna Massó[1], Luis M. Martín[1], Santiago Batlle[1]

1. INAD, Parc de Salut Mar, Barcelona, España.
2. Centro de Investigación Biomédica en Red de Salud Mental (CIBERSAM), Instituto Hospital del Mar de Investigaciones Médicas (IMIM)

Introducción

En Catalunya, los intentos autolíticos entre los adolescentes aumentaron en 2021 un 195% con respecto al año anterior. Además, las autolesiones no suicidas (ANS) han aumentado en un 246% tras la pandemia. En este trabajo se presenta un programa individual de entrenamiento breve basado en las habilidades de la terapia dialéctico conductual (DBT). El objetivo general del programa es reducir las ANS en adolescentes con desregulación emocional. Se presenta una descripción de las características clínicas de los adolescentes incluidos en el programa y la evolución clínica pre-post intervención.

Material y método

15 pacientes adolescentes con desregulación emocional y ANS participaron en el programa, 2 de ellos abandonaron el tratamiento (1 por desvinculación y otro por empeoramiento clínico con necesidad de ingreso en HD).
La media de edad fue de 14'8 años (SD=1,61). En cuanto al género, la muestra constaba de 9 mujeres cis, 3 personas de género no binario y 3 hombres transgénero.
La media de edad de inicio de las ANS fue de 12,7 años (SD=1,73) y el período (media de años) entre el inicio de las ANS y el inicio del programa fue de 1,78 años (SD=1,36).

Se realizaron 2 sesiones de evaluación (pre-post intervención) para: desregulación emocional (DERS-A), impulsividad (BIS-11), estrategias de afrontamiento (COPE-28), sintomatología depresiva (PHQ-9-A), y sintomatología TLP (BSL-23). Además, se evaluó historia de trauma infantil (CTQ-SF).
El programa consta de 8 sesiones individuales y semanales de 1h y 30 min (análisis en cadena + práctica de habilidades, especialmente tolerancia al malestar y regulación emocional).

Se presentan estadísticos descriptivos y se realizan pruebas no-paramétricas (Wilcoxon) para investigar el efecto de la intervención sobre las variables clínicas.

Resultados

De los 15 participantes, a pesar de que el 73% presentaban sintomatología moderada-grave asociada al TLP, únicamente 2 fueron diagnosticados de TLP (según criterios SCID-II).
El 60% presentaban comorbilidad con algún otro trastorno, siento el TCA el más representativo, con un 47%.
Respecto al uso de servicios asistenciales, el 60% había realizado al menos 1 visita a urgencias previamente y el 13% había requerido ingreso. Al momento de comenzar la intervención el 86% presentaba ANS activas.

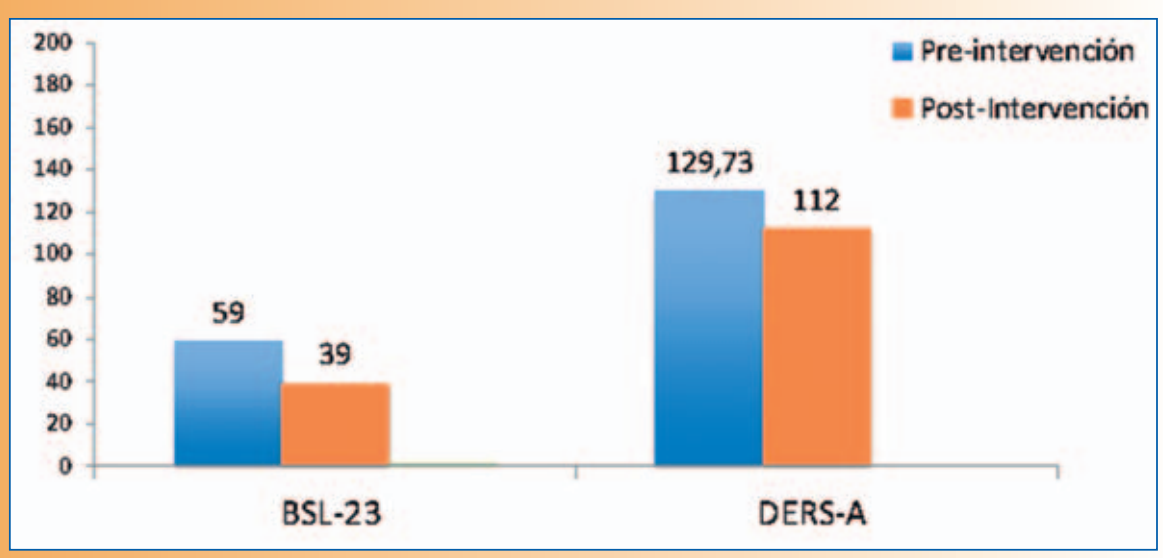
De acuerdo con las puntuaciones en el CTQ-SF, todos los participantes refirieron al menos un tipo de abuso infantil moderado-grave, en su mayoría de tipo emocional.

Respecto a la utilización de servicios asistenciales, solo 1 participante realizó una visita a urgencias durante el tratamiento y 2 visitaron urgencias una vez finalizado el tratamiento. 1 participante requirió de ingreso en Hospital de Día durante el tratamiento. Además, de los participantes que lograron finalizar el programa, el 70% no presentaba ANS y el otro 30% redujeron su frecuencia y gravedad al final del tratamiento.

Efecto de la intervención en características clínicas

Después de la intervención se observa una reducción significativa de la sintomatología asociada al TLP (BSL-23; p = .007) y de la desregulación emocional (DERS-A; p = .011).

Figura 1. Puntuación BSL-23 y DERS-A pre-post intervención.



Conclusiones

El entrenamiento individual breve basado en las habilidades de DBT ha disminuido de manera significativa la sintomatología asociada al TLP y la desregulación emocional, así como la frecuencia y gravedad de las ANS no suicidas en todos los participantes que han finalizado el programa. Será necesaria una mayor investigación para ver si estos efectos se mantienen a medio y largo plazo.

INAD Institut de Neuropsiquiatria i Addiccions
Parc de Salut MAR Barcelona