



GRUPO DE TERAPIA BASADO EN MINDFULNESS PARA PACIENTES CON ALUCINACIONES AUDITIVAS

María José Álvarez-Alonso, Aina Moreno-Mas, Núria Pujol-Famada, Clara Caldentey-Duran, Elisabet Tasa-Vinyals, Pere Roura-Poch, Santiago Escoté-Llobet

Osona Salut Mental i Servei d'Epidemiologia Clínica.
Hospital Universitari de Vic
Correspondencia: mjalvarez@chv.cat

Introducción: Las terapias basadas en mindfulness (TBM), centradas en la presencia en el momento presente, la aceptación, el descentramiento de la experiencia y la compasión, pueden ser útiles para aliviar el malestar asociado con la psicosis. Desde 2005 han sido varios los estudios de mindfulness en pacientes psicóticos.

Metodología: Evaluamos la eficacia de una intervención grupal basada en mindfulness en pacientes con patología psiquiátrica que padecen alucinaciones auditivas. Se trata de un estudio con un diseño pre-post con un grupo terapéutico. Se reclutan desde consultas externas 8 pacientes que presenten alucinaciones auditivas crónicas y persistentes resistentes a la medicación, independientemente del diagnóstico principal. La terapia, basada en mindfulness adaptado a la psicosis según Chadwich, tiene una duración de 8 sesiones de 90 minutos cada una. Se valora el cambio en la relación con las voces mediante la "Psychotic Symptom Rating Scale" (PSYRATS) para el estudio de las alucinaciones auditivas.

Resultados: De los 8 pacientes reclutados, 3 concluyeron el estudio. No hubo recaídas clínicas. Hubo una mejoría en los siguientes ítems de PSYRATS: cantidad de angustia causada por las voces, duración de las mismas, intensidad, cantidad de contenido negativo y control.

Conclusiones: En nuestro estudio la TBM grupal para pacientes con alucinaciones auditivas crónicas resultó segura y bien aceptada, a la vez que comportó beneficios en cuanto a la cantidad, intensidad y contenido negativo de las voces, así como una relación menos angustiada y de mayor control sobre ellas, lo que llevó a un menor impacto en la vida diaria.