

## Trastornos de ansiedad: tratamiento farmacológico

13/12/2010

### Autor

Ava Bentley

### ¿A quién está dirigido?

El propósito de este folleto informativo es el de presentar un resumen de las investigaciones y de la mejor evidencia disponible en cuanto al tratamiento de los trastornos de ansiedad. Los trastornos de ansiedad son comunes en Australia. Las personas que sufren trastornos de ansiedad presentan preocupación desmedida o sienten ansiedad ante los problemas y acontecimientos de la vida cotidiana, hasta el punto de llegar a sufrir un malestar considerable y tener dificultad para llevar a cabo las tareas del día a día. Se ha demostrado que la psicoterapia, la medicación y el cuidado personal son tratamientos eficaces. En el tratamiento de los trastornos generalizados de ansiedad, se ha demostrado la eficacia de la terapia cognitiva conductual, la medicación y el cuidado personal.

### ¿Qué sabemos?

#### Terapia cognitiva conductual

La terapia cognitiva conductual puede reducir la ansiedad y mejorar la calidad de vida. La terapia consiste en cambiar los pensamientos (cogniciones) y las acciones (comportamiento). Se ha demostrado que es tan eficaz como la medicación y, según las investigaciones, los pacientes tienden a continuar durante más tiempo con la terapia cognitiva conductual.

#### Medicación

Existen diferentes tipos de antidepresivos que son adecuados para los trastornos de ansiedad y que, en general, se toleran bien. El tipo de antidepresivo que se prescriba al paciente dependerá de la evaluación y de su historia clínica. En el tratamiento de los trastornos de ansiedad también se utiliza, con buenos resultados, otro grupo de fármacos llamado azapironas.

### La evidencia sugiere...

- Los antidepresivos deben utilizarse para tratar los trastornos de ansiedad generalizada. El tipo de antidepresivo que se prescriba al paciente dependerá de la evaluación y de su historia clínica.
- En el tratamiento de los trastornos generalizados de ansiedad, se ha demostrado la eficacia de la terapia cognitiva conductual, la medicación y el cuidado personal.
- La elección del tratamiento dependerá de la evaluación personal y la decisión será consensuada.

## Fiabilidad de la evidencia

Se han evaluado la fiabilidad y calidad de la evidencia sobre el tema en cada publicación destinada a los usuarios generada por el Instituto Joanna Briggs. Nosotros no puntuamos un procedimiento o tratamiento, sino la evidencia (o investigación) en la que se basa. La evidencia puede jugar un papel fundamental en cualquier investigación y es importante para los investigadores reconocer la evidencia que proporciona información “fiable” que ayude a la investigación. Esto mismo ocurre cuando se evalúa información sanitaria, ya que algunos tipos de evidencia son más fiables que otros. En cuanto a la información del Instituto Joanna Briggs basada en la evidencia destinada a los usuarios, puede estar seguro de que se utiliza la mejor evidencia disponible. Si quiere más información sobre investigaciones y los niveles de evidencia, por favor contacte con el Instituto Joanna Briggs o visite la página Web de búsquedas de nuestros usuarios.

## Aviso de responsabilidad

“Los procedimientos descritos en este folleto sólo deben ser utilizados por personas que tengan la experiencia adecuada en el campo al que se refiere el procedimiento. La aplicabilidad de cualquier información debe ser establecida antes de apoyarse en ella. Este folleto ha sido cuidadosamente elaborado y resume la investigación disponible y el consenso de expertos, no obstante, el Instituto Joanna Briggs no se hace responsable de cualquier pérdida, daño, coste o responsabilidad sufrida o incurrida como resultado del seguimiento de estos procedimientos (tanto si surge por contrato, negligencia o cualquier otra causa)”.

## ¿Qué es la información sanitaria basada en la evidencia?



Igual que los detectives buscan evidencia para resolver un crimen, los profesionales de la salud buscan la evidencia en la que basar su práctica. El detective debe tener evidencia para respaldar su caso. De forma similar, el profesional de cuidados de salud debe tener evidencia que sustente los tratamientos que propone. Buscan información que les ayude a suministrar los cuidados de la manera más efectiva o beneficiosa para sus pacientes. Debido a la abundancia de información de la que disponen, el proceso de descubrir qué información es la mejor puede resultar una tarea difícil y larga. Le llevaría muchísimo tiempo a su médico cribar la gran cantidad de investigación e información disponible sobre un tema en particular. Aquí es donde el Instituto Joanna Briggs entra en juego. Llevamos a cabo el trabajo del “detective”, proporcionando a los profesionales de la salud (y a usted) la mejor evidencia disponible.

### ¿Qué significa esto para los usuarios?

Como usuarios de cuidados de salud es importante saber que su tratamiento se basa en la mejor evidencia existente. También es importante que usted disponga de toda la información con el fin de tener una mayor independencia con respecto a sus propias decisiones y para implicarse en el proceso de toma de decisiones.

### Más información

El programa del Instituto Joanna Briggs de Información a los usuarios le proporciona revisiones de literatura actualizadas para garantizarle que la información de que dispone está basada en la mejor evidencia existente. El Instituto también elabora revisiones sistemáticas y Best Practice Information Sheets, dirigidos a profesionales de la salud y de la práctica clínica. Esto significa que usted dispone del mismo alto estándar de publicaciones basadas en la misma información que las de los profesionales

### Referencias bibliográficas

JBIG, Evidence Summary: Anxiety Disorders: Pharmacotherapy, JBI Database of Evidence Summaries, 1 September 2010.