

# CLASES DE INTERPRETACION COMO TERAPIA ALTERNATIVA EN LA HIPOCONDRIA



7 al 21  
de mayo,  
2018

IV Congreso Virtual Inter-  
nacional de Enfermería  
en Salud Mental

**AUTOR:** M. del Alba Arroyo Rey

**COAUTORES:** Alejandro Sánchez Moya / Elisabet de la Rosa Carrasco  
SAS / SAS / Hospital de Henares

## BIBLIOGRAFÍA

<http://www.cop.es/colegiados/M-00451/Pronto.html>

<http://portalcantabria.es/Psicologia/46.php>

## INTRODUCCIÓN

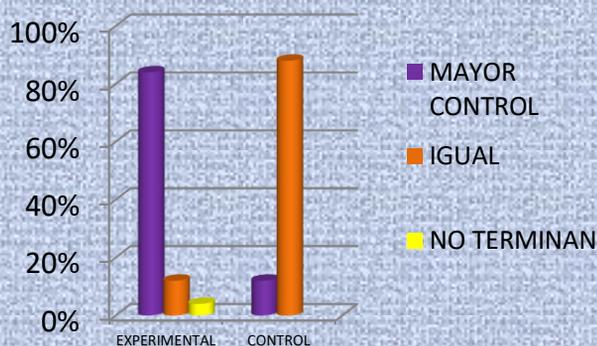
Los trastornos psicossomáticos son cada vez más notables. Entre ellos destacamos la Hipocondría, aquella patología en la que la persona interpreta síntomas somáticos como enfermedad. Existen varias técnicas psicoterapéuticas con las que tratarla, pero hemos intentado ir más allá e innovar en ellas, creando una relación de ocio-terapia que, creemos, puede ser beneficiosa para con estos pacientes

## OBJETIVOS

Comprobar si dar clases de interpretación resulta efectivo en el tratamiento de la Hipocondría

## METODOLOGÍA

Realizamos un estudio epidemiológico analítico prospectivo, no aleatorizado, de tipo cuasi-experimental. Para ello tenemos una muestra de 50 personas (18 a 50 años) de una determinada zona básica de salud que sufren hipocondría. 25 de ellos (G.Experimental) pasan a formar parte de un grupo de interpretación, que tendrá lugar 2h, 2 veces en semana durante 9 meses. El resto de personas, seguirán haciendo su vida normal, con los tratamientos habituales. Realizamos una valoración pre y post-estudio a los 50 participantes



## RESULTADOS

### GRUPO EXPERIMENTAL

- 84% de estos, se observan un mayor control de la patología
- 12 % sigue igual que al principio.
- 4% no termina el proyecto

### GRUPO CONTROL:

- 88% sigue sin controlar nada bien la enfermedad
- El resto ha mejorado en cierta medida el control de esta

## CONCLUSIONES

Podemos confirmar la relación de beneficio entre esta terapia alternativa y la Hipocondría. Hemos podido observar como las situaciones a las que se someten los pacientes de una manera mediada y relajada les ayuda a controlar su enfermedad en la vida real. Mediante esta terapia pueden enfrentarse a situaciones adversas en las cuales, su enfermedad les haría perder en cierta medida el control. Es un proceso de entrenamiento, que además les aporta una visión de su enfermedad de una manera más evidente. Comprobamos como además, tras finalizar el proyecto, estos pacientes han logrado crecer en seguridad y autoestima