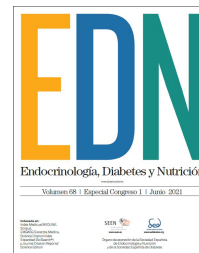




Endocrinología, Diabetes y Nutrición



P-131 - PROGRAMA WEB BASADO EN TERAPIA COGNITIVO-CONDUCTUAL (TCC) PARA LA SINTOMATOLOGÍA DEPRESIVA EN DIABETES TIPO 1: PRIMEROS RESULTADOS DEL ESTUDIO WEB_TDDI1

M. Carreira Soler^a, M. Ruiz de Adana^b, J. Pinzón^c y M. Anarte^a

^aDepartamento de Personalidad, Evaluación y Tratamiento Psicológico, Instituto de Investigación Biomédica de Málaga (IBIMA), Universidad de Málaga. ^bUnidad de Gestión Clínica de Endocrinología y Nutrición, Instituto de Investigación Biomédica de Málaga (IBIMA), Hospital Regional Universitario, Universidad de Málaga. ^cUnidad de Gestión Clínica de Endocrinología y Nutrición, Instituto de Investigación Biomédica de Málaga (IBIMA), Hospital Universitario Virgen de la Victoria, Universidad de Málaga.

Resumen

Introducción: La depresión tiene una mayor prevalencia en las personas con diabetes que en la población general. Por ello, es necesario dotar a los profesionales de herramientas específicas para tratar los síntomas depresivos en personas con diabetes.

Objetivos: El objetivo principal de este estudio es evaluar el efecto de un tratamiento web basado en la terapia cognitiva-conductual para el tratamiento de sintomatología depresiva leve-moderada en personas con diabetes tipo 1.

Material y métodos: El diseño del estudio es cuasi-experimental, longitudinal aleatorizado pre-post con grupo control. La muestra ha estado formada por 65 personas con diabetes tipo 1 y sintomatología depresiva leve-moderada: 35 grupo tratamiento (GT) y 30 grupo control (GC). En este caso, se analiza el efecto del programa de 9 sesiones en las siguientes variables: control glucémico: hemoglobina glicosilada (HbA_{1c}); depresión: Inventario de Depresión de Beck Fast Screen (BDI-FS); ansiedad: State Trait Anxiety Inventory (STAI); miedo a las hipoglucemias: cuestionario de Miedo a las Hipoglucemias (FH-15); distrés: Cuestionario de Distrés para Diabéticos (DDS); calidad de vida: Diabetes Quality of Life Questionnaire (DQOL).

Resultados: Una vez finalizado el tratamiento se encuentran diferencias significativas entre los dos grupos en depresión ($p = 0,001$), ansiedad estado ($p = 0,039$) y rasgo ($p = 0,004$), distrés ($p = 0,015$) y calidad de vida ($p = 0,001$) con mejores resultados en el grupo tratamiento con respecto al grupo control. No se encuentran diferencias significativas en la hemoglobina glicosilada (0,469) o el miedo a las hipoglucemias ($p = 0,212$) entre ambos grupos. Con respecto a los análisis intragrupo, se encuentran mejorías en ambos grupos en depresión (GT: $p = 0,012$; GC: $p = 0,016$) y calidad de vida (GT: $p = 0,012$; GC: $p = 0,030$), y en el GT en ansiedad estado ($p = 0,05$) y rasgo ($p = 0,012$), miedo a las hipoglucemias ($p = 0,018$) y distrés ($p = 0,012$). En cuanto a la prevalencia de sintomatología depresiva, en el GT desciende a un 12% con sintomatología depresiva leve, mientras en el GC el 55% de los sujetos presentan síntomas depresivos leves-moderados.

Conclusiones: El tratamiento web basado en terapia cognitiva-conductual consigue disminuir la sintomatología depresiva en las personas con diabetes tipo 1, además de mejorar en otras variables relacionadas con el estado de ánimo como son la calidad de vida, la ansiedad, el miedo a las hipoglucemias y el distrés. A pesar de que el GT presenta una mejoría significativa con respecto al GC, en este también mejora la sintomatología depresiva y la calidad de vida, lo que podría deberse al efecto Hawthorne. El escenario actual ocasionado por el COVID-19 nos insta al uso de las nuevas tecnologías para el tratamiento de diversas patologías, el tratamiento web presentado en este estudio es un buen recurso para el tratamiento de sintomatología depresiva en personas con diabetes tipo 1.