

Intervenciones psicológicas y educativas para la prevención de la depresión en niños y adolescentes (Revisión)

Merry SN, Hetrick SE, Cox GR, Brudevold-Iversen T, Bir JJ, McDowell H

Merry SN, Hetrick SE, Cox GR, Brudevold-Iversen T, Bir JJ, McDowell H.
Psychological and educational interventions for preventing depression in children and adolescents
(Intervenciones psicológicas y educativas para la prevención de la depresión en niños y adolescentes).
Cochrane Database of Systematic Reviews 2011, Issue 12. Art. No.: CD003380.
DOI: [10.1002/14651858.CD003380.pub3](https://doi.org/10.1002/14651858.CD003380.pub3).

www.cochranelibrary.com/es

[Revisión de intervención]

Intervenciones psicológicas y educativas para la prevención de la depresión en niños y adolescentes

Sally N Merry¹, Sarah E Hetrick², Georgina R Cox², Tessa Brudevold-Iversen¹, Juliet J Bir³, Heather McDowell⁴

¹Department of Psychological Medicine, University of Auckland, Auckland, New Zealand. ²Centre of Excellence in Youth Mental Health, Orygen Youth Health Research Centre, Centre for Youth Mental Health, University of Melbourne, Melbourne, Australia. ³Department of Psychiatry, University of Auckland, Auckland, New Zealand. ⁴Consult Liaison Team, Starship Hospital, Auckland, New Zealand

Dirección de contacto: Sally N Merry, Department of Psychological Medicine, University of Auckland, Private Bag 92019, Auckland, New Zealand. s.merry@auckland.ac.nz.

Grupo Editorial: Grupo Cochrane de Trastornos Mentales Comunes.

Estado y fecha de publicación: Nueva búsqueda de estudios y actualización de contenidos (con cambios en las conclusiones), publicada en el número 12, 2011.

Referencia: Merry SN, Hetrick SE, Cox GR, Brudevold-Iversen T, Bir JJ, McDowell H. Psychological and educational interventions for preventing depression in children and adolescents (Intervenciones psicológicas y educativas para la prevención de la depresión en niños y adolescentes). *Cochrane Database of Systematic Reviews* 2011, Issue 12. Art. No.: CD003380. DOI: [10.1002/14651858.CD003380.pub3](https://doi.org/10.1002/14651858.CD003380.pub3).

Copyright © 2011 The Cochrane Collaboration. Publicada por John Wiley & Sons, Ltd.

RESUMEN

Antecedentes

La depresión es frecuente en los jóvenes, tiene un impacto negativo importante y se asocia con daño autoinfligido y suicidio. La prevención de su aparición sería un adelanto importante en la salud pública.

Objetivos

Determinar si las intervenciones psicológicas o educativas, o ambas, son efectivas para prevenir la aparición del trastorno depresivo en niños y adolescentes.

Métodos de búsqueda

Se realizaron búsquedas en los Registros Especializados de Ensayos Controlados del Grupo de Revisión Cochrane de Depresión, Ansiedad y Neurosis (Cochrane Depression, Anxiety and Neurosis Review Group) (CCDANCTR) en la base editorial en julio de 2010. Los autores realizaron búsquedas actualizadas en MEDLINE, EMBASE, PsycINFO y en ERIC en septiembre 2009. Se realizaron búsquedas en resúmenes de congresos, en las listas de referencias de los estudios y revisiones incluidos y se estableció contacto con expertos en el área.

Criterios de selección

Se incluyeron ensayos controlados con asignación aleatoria de programas de prevención psicológicos o educativos, o ambos, en comparación con placebo, cualquier intervención de comparación, o ninguna intervención para personas jóvenes de cinco a 19 años de edad, que no cumplieran con los criterios de diagnóstico para la depresión o que estaban por debajo del rango clínico en las escalas de calificación estandarizadas, validadas y fiables de la depresión, o ambos.

Obtención y análisis de los datos

Dos autores, de forma independiente, evaluaron los estudios para su inclusión y calificaron su calidad. Los tamaños de la muestra se ajustaron para tener en cuenta los diseños grupales y las comparaciones múltiples. Cuando fue necesario, se estableció contacto con los autores de los estudios para obtener información adicional.

Resultados principales

Se incluyeron en el análisis 53 estudios con 14 406 participantes. Sólo hubo seis estudios con una ocultación clara de la asignación; la mayoría de los participantes y los evaluadores no fueron cegados a la intervención o el cegamiento estaba poco claro por lo que el riesgo general de sesgo fue moderadamente alto. Dieciséis estudios con 3 240 participantes informaron medidas de resultado sobre el diagnóstico depresivo. El riesgo de presentar un trastorno depresivo después de la intervención se redujo de inmediato en comparación con ninguna intervención (15 estudios, 3 115 participantes; diferencia de riesgos [DR] -0,09, intervalo de confianza [IC] del 95%: -0,14 a -0,05; $p < 0,0003$), a los tres a nueve meses (14 estudios, 1 842 participantes; DR -0,11, IC del 95%: -0,16% a -0,06) y a los 12 meses (10 estudios, 1 750 participantes; DR -0,06, IC del 95%: -0,11 a -0,01). No hubo pruebas de una eficacia prolongada a los 24 meses (ocho estudios, 2 084 participantes; DR -0,01, IC del 95%: -0,04 a 0,03) aunque hubo pruebas limitadas de la eficacia a los 36 meses (dos estudios, 464 participantes; DR -0,10, IC del 95%: -0,19 a -0,02). Hubo una heterogeneidad significativa en todos estos hallazgos. No hubo pruebas de la eficacia en los pocos estudios que compararon la intervención con controles de placebo o atención.

Conclusiones de los autores

Hay algunas pruebas a partir de esta revisión de que los programas generales o específicos de prevención de la depresión pueden prevenir la aparición de los trastornos depresivos en comparación con ninguna intervención. Sin embargo, la ocultación de la asignación es incierta en la mayoría de los estudios, y existe heterogeneidad en los hallazgos. La persistencia de los hallazgos indica que este efecto es real y no un efecto placebo.

RESUMEN EN TÉRMINOS SENCILLOS

Intervenciones psicológicas y educativas para la prevención de la depresión en niños y adolescentes

El trastorno depresivo es común y tiene un impacto importante en el funcionamiento de los jóvenes. El objetivo de esta revisión fue evaluar la efectividad de los programas diseñados para prevenir su aparición.

Se encontró que, en comparación con ninguna intervención, los programas psicológicos de prevención de la depresión fueron efectivos para prevenir la depresión, y algunos estudios demostraron una disminución en los episodios de enfermedad depresiva durante un año. Hubo algunos problemas con la forma en que se realizaron los estudios aunque a pesar de este hecho los resultados son alentadores. Se encontraron datos para apoyar los programas tanto específicos como generales, lo cual es importante debido a que es probable que los programas generales sean más fáciles de implementar. Se recomienda la realización de más estudios de investigación para identificar los programas más efectivos y para probar los mismos en el mundo real.