



**Biblioteca
Cochrane**

Base de Datos **Cochrane** de Revisiones Sistemáticas

Terapia cognitivoconductual para el tinnitus (Revisión)

Martinez-Devesa P, Perera R, Theodoulou M, Waddell A

Martinez-Devesa P, Perera R, Theodoulou M, Waddell A.
Cognitive behavioural therapy for tinnitus
(Terapia cognitivoconductual para el tinnitus).
Cochrane Database of Systematic Reviews 2010, Issue 9. Art. No.: CD005233.
DOI: [10.1002/14651858.CD005233.pub3](https://doi.org/10.1002/14651858.CD005233.pub3).

www.cochranelibrary.com/es

[Revisión de intervención]

Terapia cognitivoconductual para el tinnitus

Pablo Martínez-Devesa¹, Rafael Perera², Megan Theodoulou³, Angus Waddell⁴

¹ENT Department, John Radcliffe Hospital - West Wing, Oxford, UK. ²Department of Primary Health Care, University of Oxford, Oxford, UK. ³Department of Psychiatry, University of Oxford, Oxford, UK. ⁴ENT Department, Great Western Hospital, Swindon, UK

Dirección de contacto: Pablo Martínez-Devesa, ENT Department, John Radcliffe Hospital - West Wing, Headley Way, Oxford, OX3 9DU, UK. devesa@doctors.org.uk.

Grupo Editorial: Grupo Cochrane de ORL.

Estado y fecha de publicación: Editada (con cambios en las conclusiones), publicada en el número 9, 2010.

Referencia: Martínez-Devesa P, Perera R, Theodoulou M, Waddell A. Cognitive behavioural therapy for tinnitus (Terapia cognitivoconductual para el tinnitus). *Cochrane Database of Systematic Reviews* 2010, Issue 9. Art. No.: CD005233. DOI: [10.1002/14651858.CD005233.pub3](https://doi.org/10.1002/14651858.CD005233.pub3).

Copyright © 2010 The Cochrane Collaboration. Publicada por John Wiley & Sons, Ltd.

RESUMEN

Antecedentes

Ésta es una actualización de una revisión Cochrane publicada originalmente en el número 1, 2007 de *The Cochrane Library*.

El tinnitus es una percepción auditiva que puede describirse como la experiencia de sonido, en el oído o en la cabeza, en ausencia de estímulo acústico externo. El tratamiento cognitivoconductual (TCC) emplea relajación, reestructuración cognitiva de los pensamientos y exposición a la exacerbación de situaciones para promover la habituación y puede beneficiar a los pacientes de tinnitus, como puede hacerlo el tratamiento de trastornos psicológicos asociados.

Objetivos

Evaluar si la TCC es eficaz para el tratamiento de los pacientes con tinnitus.

Métodos de búsqueda

Se hicieron búsquedas en el Registro de Ensayos del Grupo Cochrane de Enfermedades de Oído, Nariz y Garganta (Cochrane Ear, Nose and Throat Disorders Group); Registro Cochrane Central de Ensayos Controlados (Cochrane Central Register of Controlled Trials, CENTRAL); PubMed; EMBASE; CINAHL; Web of Science; BIOSIS Previews; Cambridge Scientific Abstracts; PsycINFO; ISRCTN y fuentes adicionales de ensayos publicados y no publicados. La fecha de la búsqueda más reciente fue el 6 de mayo 2010.

Criterios de selección

Ensayos controlados aleatorios donde los pacientes con tinnitus unilateral o bilateral como síntoma principal recibieron terapia cognitivoconductual.

Obtención y análisis de los datos

Un autor de la revisión (PMD) evaluó cada informe identificado mediante la estrategia de búsqueda. Tres autores (PMD, AW y MT) evaluaron la calidad metodológica y aplicaron los criterios de inclusión/exclusión. Dos autores (PMD y RP) extrajeron los datos y realizaron el metanálisis. Los cuatro autores colaboraron en el texto final de la revisión.

Resultados principales

Se incluyeron ocho ensayos con 468 participantes.

Para el resultado primario de volumen subjetivo del tinnitus, no se encontraron pruebas de una diferencia entre la TCC y ningún tratamiento u otra intervención (yoga, educación y “educación de contacto mínimo”).

Terapia cognitivoconductual para el tinnitus (Revisión)

Copyright © 2010 The Cochrane Collaboration. Publicada por John Wiley & Sons, Ltd.

En los resultados secundarios, se encontraron pruebas acerca de que las puntuaciones de calidad de vida mejoraron en los participantes que tuvieron tinnitus, al comparar TCC con ningún tratamiento u otra intervención (educación y “educación de contacto mínimo”). También se encontraron pruebas acerca de que las puntuaciones de depresión mejoraron al comparar TCC con ningún tratamiento. No se encontraron pruebas del beneficio en las puntuaciones de depresión al comparar TCC con otros tratamientos (yoga, educación y “educación de contacto mínimo”).

No se informaron efectos adversos/secundarios en los ensayos.

Conclusiones de los autores

En seis estudios, no se hallaron pruebas de una diferencia significativa en el volumen subjetivo del tinnitus.

Sin embargo, se encontró una mejoría significativa en la puntuación de depresión (en seis estudios) y la calidad de vida (disminución de la gravedad general del tinnitus) en otros cinco estudios, lo que sugiere que la TCC tiene un efecto positivo en el tratamiento del tinnitus.

RESUMEN EN TÉRMINOS SENCILLOS

Terapia cognitivoconductual para el tinnitus

El tinnitus puede describirse como la experiencia de sonido, en el oído o en la cabeza. El tinnitus subjetivo no es percibido por otra persona. Actualmente, no se ha encontrado un tratamiento particular para el tinnitus que resulte eficaz para todos los pacientes.

La terapia cognitivoconductual se desarrolló originalmente como un tratamiento para la depresión y luego, también se utilizó para la ansiedad, el insomnio y el dolor crónico. Es una forma de tratamiento psicológico que consta de relajación, reorganización de pensamientos y uso de situaciones desafiantes para mejorar la actitud del paciente hacia el tinnitus.

El objetivo de esta revisión fue evaluar si la terapia cognitivoconductual es eficaz en el tratamiento de los pacientes con tinnitus.

Se incluyen ocho ensayos (468 participantes) en esta revisión. El análisis de los datos no mostró efectos significativos en el volumen subjetivo del tinnitus. Sin embargo, se encontró una mejoría significativa en la depresión asociada con el tinnitus y la calidad de vida (disminución de la gravedad general del tinnitus), lo que sugirió que la terapia cognitivoconductual tiene un efecto positivo en la manera en que las personas enfrentan el tinnitus.

La investigación adicional debe utilizar un número limitado de cuestionarios validados, de una manera más coherente y con un seguimiento más prolongado, a fin de evaluar el efecto a largo plazo de la terapia cognitivoconductual en pacientes con tinnitus.