



**Biblioteca
Cochrane**

Base de Datos **Cochrane** de Revisiones Sistemáticas

Intervenciones psicosociales grupales para mejorar el bienestar psicológico de adultos que conviven con el VIH (Revisión)

van der Heijden I, Abrahams N, Sinclair D

van der Heijden I, Abrahams N, Sinclair D.

Psychosocial group interventions to improve psychological well-being in adults living with HIV

(Intervenciones psicosociales grupales para mejorar el bienestar psicológico de adultos que conviven con el VIH).

Cochrane Database of Systematic Reviews 2017, Issue 3. Art. No.: CD010806.

DOI: [10.1002/14651858.CD010806.pub2](https://doi.org/10.1002/14651858.CD010806.pub2).

www.cochranelibrary.com/es

Intervenciones psicosociales grupales para mejorar el bienestar psicológico de adultos que conviven con el VIH (Revisión)

Copyright © 2017 The Authors. Cochrane Database of Systematic Reviews published by John Wiley & Sons, Ltd. on behalf of The Cochrane Collaboration.

WILEY

[Revisión de intervención]

Intervenciones psicosociales grupales para mejorar el bienestar psicológico de adultos que conviven con el VIH

Ingrid van der Heijden¹, Naeemah Abrahams¹, David Sinclair²¹Gender and Health Unit, Medical Research Council, Tygerberg, South Africa. ²Department of Clinical Sciences, Liverpool School of Tropical Medicine, Liverpool, UK**Contacto:** Ingrid van der Heijden, Gender and Health Unit, Medical Research Council, Francie van Zijl Drive, Tygerberg, Western Cape, 7505, South Africa. iheijden@mrc.ac.za.**Grupo Editorial:** Grupo Cochrane de Enfermedades Infecciosas.**Estado y fecha de publicación:** Sin cambios, publicada en el número 3, 2017.**Referencia:** van der Heijden I, Abrahams N, Sinclair D. Psychosocial group interventions to improve psychological well-being in adults living with HIV (Intervenciones psicosociales grupales para mejorar el bienestar psicológico de adultos que conviven con el VIH). *Cochrane Database of Systematic Reviews* 2017, Issue 3. Art. No.: CD010806. DOI: [10.1002/14651858.CD010806.pub2](https://doi.org/10.1002/14651858.CD010806.pub2).

Copyright © 2017 The Authors. Cochrane Database of Systematic Reviews published by John Wiley & Sons, Ltd. on behalf of The Cochrane Collaboration. This is an open access article under the terms of the [Creative Commons Attribution-Non-Commercial](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/) Licence, which permits use, distribution and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited and is not used for commercial purposes.

RESUMEN

Antecedentes

El diagnóstico del virus de la inmunodeficiencia humana (VIH) y su calificación como una enfermedad crónica, potencialmente mortal y a menudo estigmatizante, pueden repercutir sobre el bienestar del paciente. Las intervenciones psicosociales grupales pretenden mejorar el funcionamiento vital y el afrontamiento cuando los pacientes se adaptan al diagnóstico.

Objetivos

Examinar la efectividad de las intervenciones psicosociales grupales para mejorar el bienestar psicológico de los adultos que conviven con VIH/SIDA.

Métodos de búsqueda

Se hicieron búsquedas en las siguientes bases de datos electrónicas hasta el 14 de marzo de 2016: Registro Cochrane Central de Ensayos Controlados (Cochrane Central Register of Controlled Trials) (CENTRAL) publicado en la Cochrane Library (número 2, 2016), PubMed (MEDLINE) (1996 hasta 14 marzo 2016), Embase (1996 hasta 14 marzo 2016) y en ClinicalTrials.gov.

Criterios de selección

Ensayos controlados aleatorios (ECA) o cuasialeatorios que compararon intervenciones psicosociales grupales versus control (atención estándar o intervenciones educativas breves), con al menos tres meses de seguimiento después de la intervención. Se incluyeron los ensayos que informaron medidas de depresión, ansiedad, estrés o afrontamiento mediante escalas estandarizadas.

Obtención y análisis de los datos

Dos autores de la revisión, de forma independiente, examinaron los resúmenes, aplicaron los criterios de inclusión y extrajeron los datos. Los resultados continuos se compararon mediante las diferencias de medias (DM) con intervalos de confianza del 95% (IC del 95%), y los datos se agruparon mediante un modelo de efectos aleatorios. Cuando los ensayos incluidos utilizaron escalas de medición diferentes, los datos se agruparon mediante los valores de la diferencia de medias estandarizada (DME). Los ensayos que no se pudieron incluir en el metanálisis se presentaron de manera narrativa en el texto. Se evaluó la certeza de la evidencia mediante el enfoque GRADE.

Resultados principales

Se incluyeron 16 ensayos (19 artículos) que reclutaron a 2520 adultos que convivían con el VIH. Todas las intervenciones fueron multifacéticas e incluyeron una mezcla de psicoterapia, relajación, apoyo grupal y educación. Los ensayos incluidos se realizaron en los EE.UU. (12 ensayos), Canadá (un ensayo), Suiza (un ensayo), Uganda (un ensayo) y Sudáfrica (un ensayo) y publicados entre 1996 y 2016. Diez ensayos reclutaron a hombres y mujeres, cuatro ensayos reclutaron hombres homosexuales y dos ensayos reclutaron solo a mujeres. Las intervenciones se realizaron con grupos de cuatro a 15 pacientes, por 90 a 135 minutos, durante cada semana hasta las 12 semanas. Todas las intervenciones se realizaron de forma presencial, excepto dos que se proporcionaron por teléfono. Todas fueron proporcionadas por profesionales graduados o con un posgrado con adiestramiento en atención sanitaria, psicológica o social, excepto uno que utilizó a trabajadores de salud comunitarios legos y dos que utilizaron médicos adiestrados en terapia de conciencia plena.

Las intervenciones psicosociales grupales con terapia cognitivo-conductual (TCC) pueden tener un efecto pequeño sobre medidas de depresión, y este efecto puede persistir hasta 15 meses después de la participación en las sesiones grupales (DME -0,26; IC del 95%: -0,42 a -0,10; 1139 participantes, 10 ensayos, *evidencia de baja calidad*). La mayoría de los ensayos utilizaron el Beck Depression Inventory (BDI), que tiene una puntuación máxima de 63, y la puntuación media en los grupos de intervención fue alrededor de 1,4 puntos menor al final del seguimiento. Este efecto beneficioso pequeño fue consistente a través de cinco ensayos donde los participantes tuvieron una puntuación media de depresión en el rango normal al inicio, pero en los ensayos donde la puntuación media estaba en el rango de depresión al inicio los efectos fueron menos consistentes. Menos ensayos informaron medidas de ansiedad, sobre las que pudo haber poco o ningún efecto (cuatro ensayos, 471 participantes, *evidencia de baja calidad*), el estrés, sobre el que pudo haber poco o ningún efecto (cinco ensayos, 507 participantes, *evidencia de baja calidad*) y afrontamiento (cinco ensayos, 697 participantes, *evidencia de baja calidad*).

Las intervenciones grupales con terapia de conciencia plena no demostraron efectos sobre medidas de depresión (DME -0,23; IC del 95%: -0,49 a 0,03; 233 participantes, dos ensayos, *evidencia de muy baja calidad*), ansiedad (DME -0,16; IC del 95%: -0,47 a 0,15; 62 participantes, dos ensayos, *evidencia de muy baja calidad*), o estrés (DM -2,02; IC del 95%: -4,23 a 0,19; 137 participantes, dos ensayos, *evidencia de muy baja calidad*). Ninguna intervención con terapia de conciencia plena incluida en los estudios tuvo mediciones válidas del afrontamiento.

Conclusiones de los autores

Las intervenciones psicosociales grupales pueden tener un efecto pequeño sobre medidas de depresión, pero la importancia clínica de este efecto no está clara. Se necesita más evidencia de alta calidad para evaluar si las intervenciones psicosociales grupales mejoran el bienestar psicológico en adultos seropositivos al VIH.

RESUMEN EN TÉRMINOS SENCILLOS

¿La terapia grupal mejora el bienestar de los pacientes que conviven con VIH?

Los investigadores Cochrane realizaron una revisión de los efectos de la terapia grupal en pacientes que conviven con el virus de la inmunodeficiencia humana (VIH). Después de buscar los ensayos relevantes hasta el 14 de marzo de 2016, se incluyeron 16 ensayos informados en 19 artículos que reclutaron 2520 adultos que convivían con el VIH. Los ensayos incluidos se realizaron en los EE.UU. (12 ensayos), Canadá (un ensayo), Suiza (un ensayo), Uganda (un ensayo) y Sudáfrica (un ensayo) y publicados entre 1996 y 2016. Diez ensayos reclutaron a hombres y mujeres, cuatro ensayos reclutaron hombres homosexuales y dos ensayos reclutaron solo a mujeres.

¿Qué es la terapia grupal y cómo puede beneficiar a los pacientes con VIH?

La terapia grupal intenta mejorar el bienestar de los pacientes al aplicar la terapia psicológica en un formato grupal, lo que puede fomentar el desarrollo del apoyo de los compañeros y de redes sociales. La terapia grupal a menudo también incorpora el adiestramiento en técnicas de relajación y habilidades para el afrontamiento, sí como educación sobre la enfermedad y el tratamiento.

El virus de la inmunodeficiencia humana (VIH) causa una enfermedad crónica, potencialmente mortal y a menudo estigmatizante, que puede repercutir sobre el bienestar del paciente. La terapia grupal podría ayudar a los pacientes que conviven con el VIH a adaptarse al saber que tienen el VIH, o a recuperarse de la depresión, la ansiedad y el estrés.

Lo que dice la investigación

La terapia grupal basada en la terapia cognitivo-conductual puede tener un efecto pequeño sobre medidas de depresión, y este efecto puede persistir hasta 15 meses después de la participación en las sesiones grupales (*evidencia de baja calidad*). Este efecto fue evidente en grupos que no parecían presentar depresión según los sistemas clínicos de calificación antes de que comenzara la terapia. La investigación también mostró que puede tener poco o ningún efecto sobre medidas de ansiedad, estrés y afrontamiento (*evidencia de baja calidad*).

Las intervenciones grupales basadas en la terapia de conciencia plena se han estudiado en dos ensayos pequeños y no han demostrado efectos sobre medidas de depresión, ansiedad o estrés (*toda evidencia de muy baja calidad*). Ninguna intervención con terapia de conciencia plena incluida en los estudios tuvo mediciones válidas del afrontamiento.

En general, la revisión indica que las intervenciones existentes tienen poco a ningún efecto en el aumento del ajuste psicológico para convivir con el VIH. Se necesitan más estudios de buena calidad para informar las prácticas adecuadas y la evidencia.

Intervenciones psicosociales grupales para mejorar el bienestar psicológico de adultos que conviven con el VIH (Revisión)