

RESUMEN DEL ESTUDIO

“ Group psychoeducation for stabilised bipolar disorders: 5-year outcome of a randomised clinical trial”

Colom, F. *et al.* Group psychoeducation for stabilised bipolar disorders: 5-year outcome of a randomised clinical trial. *Br. J. Psychiatry* **194**, 260–265 (2009).

Objetivo del Estudio

Este estudio tuvo como propósito evaluar la eficacia a largo plazo (5 años) de la psicoeducación grupal como complemento a la farmacoterapia en personas con trastornos bipolares estabilizados. Se buscaba determinar si esta intervención podía prevenir recaídas y reducir el tiempo de enfermedad aguda.

Diseño del Estudio

El estudio fue un ensayo clínico aleatorizado y enmascarado que se realizó en el Hospital Clínic de Barcelona. Participaron 120 personas con trastorno bipolar tipo I o II, divididas en dos grupos:

1. Grupo Experimental: Recibió 21 sesiones semanales de psicoeducación grupal, además del tratamiento psiquiátrico estándar.
2. Grupo de Control: Participó en 21 reuniones semanales grupales sin instrucciones específicas, además del tratamiento estándar.

Los participantes fueron seguidos durante 5 años para evaluar la aparición de nuevas recaídas y otros resultados relacionados con la enfermedad.

Resultados Principales

1. Tiempo hasta la Recurrencia: El grupo de psicoeducación tuvo un tiempo más largo hasta la primera recaída en comparación con el grupo de control.
2. Número de Recaídas: Los participantes del grupo de psicoeducación experimentaron menos recaídas de cualquier tipo (mania, hipomanía, episodios mixtos y depresión).
3. Tiempo Enfermo: Los del grupo de psicoeducación pasaron significativamente menos días en estado de enfermedad aguda.
4. Hospitalizaciones: Hubo una menor cantidad de hospitalizaciones y menor tiempo de hospitalización en el grupo de psicoeducación.

Conclusiones

La psicoeducación grupal durante seis meses tiene efectos profilácticos duraderos en individuos con trastorno bipolar. Esta intervención no solo ayuda a prevenir recaídas, sino que también reduce el tiempo total que los pacientes pasan enfermos y el número de hospitalizaciones. Estos resultados sugieren que la psicoeducación puede generar cambios de comportamiento y actitudes que se mantienen a largo plazo, mejorando significativamente la calidad de vida de las personas con trastorno bipolar.

Implicaciones

La psicoeducación debe considerarse como una herramienta valiosa en el manejo a largo plazo del trastorno bipolar, complementando el tratamiento farmacológico y ayudando a los pacientes a gestionar mejor su enfermedad, reducir las recaídas y mejorar su funcionamiento general.