

PSIQUIATRÍA COMPROBADO POR VARIOS ESTUDIOS RANDOMIZADOS EN DIFERENTES PAÍSES

La terapia 'on-line' demuestra eficacia en trastornos mentales

→ La salud mental es un campo en el que la medicina *on-line* está dando resultados concretos, auxiliada por las técnicas de imagen. Grupos de

investigación de varios países han presentado datos de nuevos trabajos para el abordaje de patologías como la fobia social o la depresión.

■ Karla Islas Pieck Barcelona

La terapia para tratar la fobia social realizada por medio de programas informáticos a través del ordenador alcanza una eficacia similar a la de la intervención cara a cara con el especialista, según los resultados de un estudio dirigido por Cristina Botella, profesora de la Universidad Jaime I, de Castellón, presentados durante la *Semana e-Health 2010*, que se ha celebrado en Barcelona.

Este trabajo, que está pendiente de publicación en la revista *CyberPsychology and Behavior*, ha randomizado una población de 77 pacientes en tres grupos para comparar los resultados de la terapia presencial convencional con la de autoadministración que realiza el paciente con ayuda de un programa informático denominado *Háblame*. El tercer grupo corresponde a los controles, que permanecían en lista de espera para recibir tratamiento.

La investigación concluye que la eficacia de la intervención *on-line* es al menos igual que la de terapia tradicional para tratar a los pacientes con fobia social, además de que se ha confirmado que ambas alternativas son superiores al grupo control. Los resultados se han mantenido durante un seguimiento de doce meses en ambos casos.

La media de edad de los participantes incluidos en este trabajo se sitúa en 24 años, la mayoría mujeres y con un nivel educativo universitario. Se excluyó a pacientes en tratamiento previo para esta patología, a los diagnosticados de depresión mayor con riesgo de suicidio y a los consumidores de alcohol y drogas.

Botella ha explicado a DIARIO MÉDICO que las dos terapias están basadas en el mismo protocolo asistencial y son similares en cuanto a duración. Las ventajas de la alternativa telemática, además de la reducción de costes, son que el paciente puede realizar la terapia tranquilamente en su domicilio sin necesidad de desplazarse, a la hora que más le convenga y a su propio ritmo.



Cristina Botella, Ilkka Korhonen, Heleen Riper y Gavin Andrews, en Barcelona.

Diversos estudios demuestran la eficacia de la terapia conductual realizada por medio de ordenador en trastornos mentales como la fobia social

Gavin Andrews, de la Unidad de Investigación Clínica sobre Ansiedad y Depresión (CRUFAD), en el Hospital St. Vincent, de Sidney, y profesor de Psiquiatría de la Universidad de Nueva Gales del Sur, en Australia, ha coordinado 22 estudios randomizados y controlados realizados en pacientes con depresión, fobia social, trastorno de pánico y ansiedad generalizada.

Los resultados de estos trabajos demuestran que la terapia conductual realizada por medio de internet en los pacientes con estos cuatro trastornos es "efectiva, eficaz y aceptable".

Es importante destacar que los enfermos incluidos en estos estudios tenían un grado de severidad similar al de los tratados con terapias presenciales realizadas por un especialista clínico y se pudo comprobar un progreso mayor en el seguimiento a los seis meses. Además, el 80 por ciento de los participantes que habían completado el programa de telemedicina se mostraron satisfechos con los resultados.

Ilkka Korhonen, director de Tecnología del Centro de Investigación Tecnológica

El 90 por ciento de los pacientes con trastornos mentales en Europa refieren no haber recibido atención sanitaria en los últimos doce meses

VTT, de Tampere, en Finlandia, ha destacado que en Europa el 90 por ciento de los pacientes con trastornos mentales refieren no haber recibido atención sanitaria en los últimos doce meses y sólo un 2,5 por ciento han visto a un terapeuta. Además, se estima que sólo un tercio de los diagnosticados de ansiedad y depresión están bajo tratamiento.

En su opinión, la telemedicina representa una potencial solución a este gran problema, ya que la terapia por internet ahorra un 75 por ciento del tiempo necesario de los profesionales sanitarios para atender a los pacientes. Actualmente estas herramientas se usan para el seguimiento de los enfermos; "tenemos suficiente evidencia de que son útiles para el tratamiento".

OTRAS ÁREAS EN DESARROLLO

En la mesa sobre el potencial de la *e-Health* en salud mental, moderada por Heleen Riper, directora del Centro de Innovación de Tecnología en Salud Mental del Instituto Trimbos, en Holanda, se han presentado otros proyectos de telemedicina que están actualmente en desarrollo. Cristina Botella, profesora de la Universidad Jaime I, de Castellón, ha comentado el programa *Mayordomo*, dirigido al seguimiento de las personas mayores, que incluye un entorno de realidad virtual, un libro de la vida para entrenar la reminiscencia y una red social -tipo Facebook, pero con una interfaz muy sencilla- que facilita la comunicación. Además, está en marcha otro proyecto denominado *Etiobe*, un sistema de *e-terapia* inteligente para el tratamiento de la obesidad infantil, impulsado por científicos del Centro de Investigación Biomédica en Red de Fisiopatología de la Obesidad y Nutrición (CiberOBN).

ONCOLOGÍA ESTUDIO EN RATONES

Ofrecen la primera evidencia de que las nueces ayudan a frenar el cáncer de próstata

■ Redacción

Científicos de la Universidad de California en Davis (Estados Unidos) han informado en el CCXXXIX Congreso de la Sociedad Americana de Química, que se está celebrando en San Francisco, de que las nueces reducen el tamaño y la tasa de crecimiento del cáncer de próstata en estudios en animales.

Paul Davis, que ha coordinado el trabajo, ha señalado que las nueces deberían ser parte de la dieta para una próstata saludable. "Este fruto seco es rico en sustancias saludables, incluyendo los ácidos grasos omega-3, gamma tocoferol (una forma de vitamina E), polifenoles y antioxidantes".

Los investigadores alimentaron a los ratones genéticamente programados para desarrollar cáncer de próstata con el equivalente a 2,5 onzas de nueces por día durante dos meses. El grupo control de ratones se sometió a la misma dieta excepto en el aceite de soja. Los animales alimen-

tados con nueces desarrollaron tumores de próstata que eran un 50 por ciento más pequeños que los ratones del grupo control. Además, los tumores del primer grupo crecieron un 30 por ciento más despacio.

Los científicos han indicado que los ratones que ingirieron nueces tenían niveles más bajos del factor-1 de crecimiento similar a la insulina. Los niveles altos de esta proteína podrían elevar el riesgo de cáncer prostático, según algunos estudios.



La nuez contiene omega-3.

PUEDE CONVERTIRSE EN FACTOR DE RIESGO

La infertilidad predispone a tumor de próstata agresivo

■ Redacción

Los hombres que no son fértiles o presentan alguna disfunción en este campo tienen mayor riesgo de desarrollar cáncer de próstata de alto grado, que crece y se disemina más rápidamente. Ésta es la conclusión que se desprende de un estudio que se publica en la edición electrónica de *Cancer*.

El trabajo coordinado por Thomas Walsh, de la Universidad de Washington, en Seattle, sugiere que, de ser confirmado en otras investigaciones, la infertilidad podría ser un factor de riesgo identificable para cáncer de próstata y que el cribado temprano debería estar garantizado

para los hombres que no son fértiles.

Los autores estudiaron el riesgo de cáncer de próstata en 22.562 hombres evaluados por infertilidad entre los años 1967 y 1998 en quince centros de infertilidad de California. De esta manera identificaron 168 casos de cáncer de próstata en hombres que no eran fértiles.

Más probabilidades

Los que fueron evaluados y se halló que no eran fértiles tenían 2,6 probabilidades más de ser diagnosticados de cáncer de próstata que los hombres que fueron evaluados pero en los que no se vio que fueran infértiles.

Fucidine®
 Ácido fusídico / fusidato sódico
 Crema y pomada