

INTERVENCION GRUPAL CON TERAPIA REIKI EN PERSONAS MAYORES CON TRASTORNO DE ANSIEDAD

Martínez Van Duijvenbode, Helena, Gómez Jerónimo, Erika, Ramos Camacho, Yesica.

INTRODUCCIÓN- OBJETIVO

- Los trastornos de ansiedad son muy frecuentes en atención primaria. Para reducir la ansiedad se recomienda el uso de terapias de relajación como terapia alternativa a la psicofarmacología.
- Conscientes del auge de esta terapia complementaria en el campo de la salud, nuestro objetivo general es averiguar si la terapia reiki beneficia a nuestros pacientes.



RESULTADOS

- Los resultados obtenidos son satisfactorios en cuanto a la mejora de la calidad de vida, especialmente lo hemos observado en los valores medios del grupo en el rol social, vitalidad y energía y la percepción general de salud obtenidos a través del SF-36. Tal y como se aprecia en el gráfico se consigue un descenso en el nivel de ansiedad desde el inicio de la terapia hasta que se finaliza la misma.

CONCLUSION

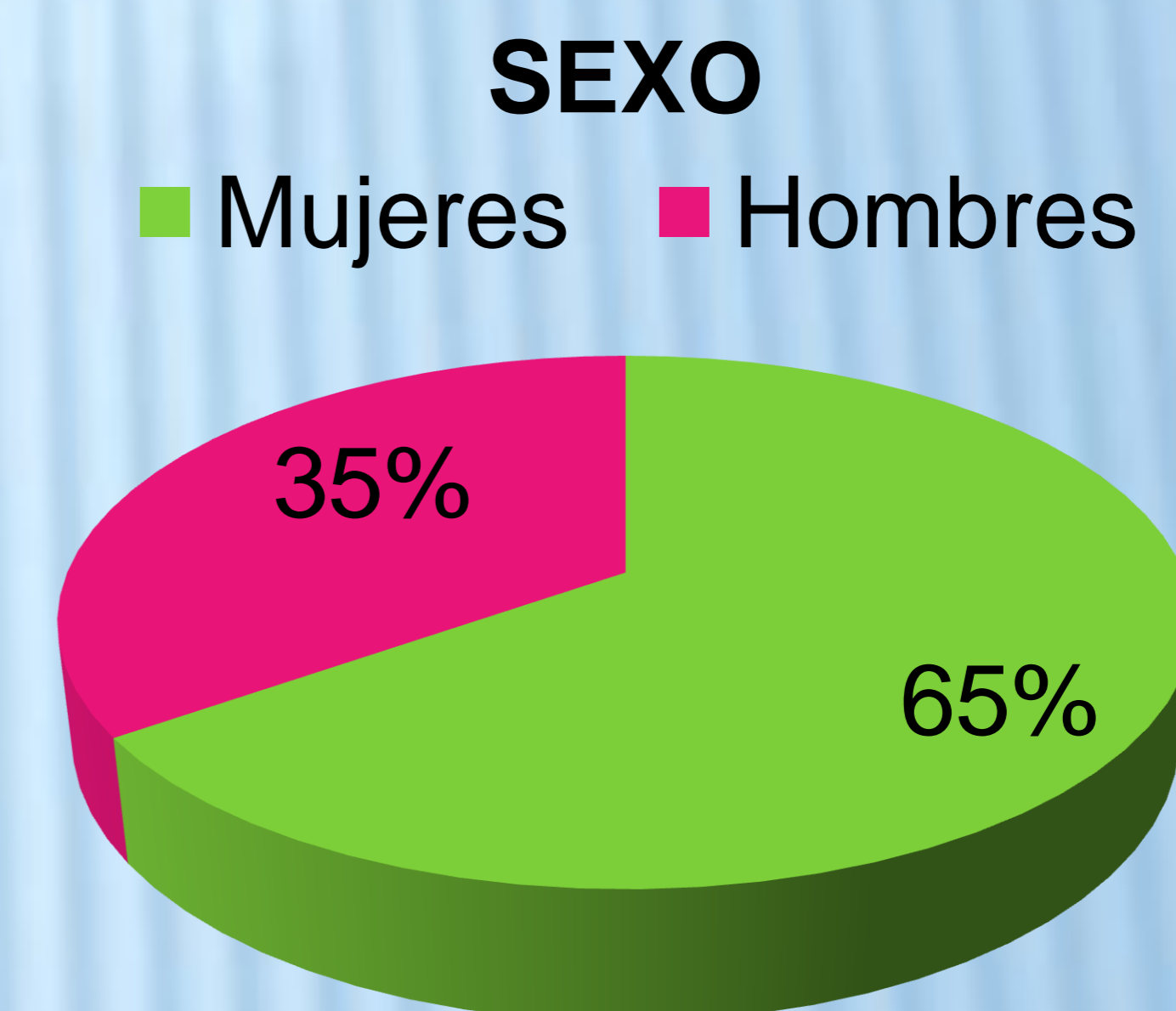
- Valorando los resultados del estudio, podemos ver que el taller de reiki puede ser útil en la reducción de la ansiedad, la mejora de la salud y el bienestar tanto físico como mental, en atención primaria. Podemos decir que hay una gran diferencia entre los pacientes con medicación y los sin medicación. Por tanto hay que valorar si con tan solo las terapias de relajación surten efecto y no es necesario dar psicofármacos, evitando así efectos secundarios.

BIBLIOGRAFÍA

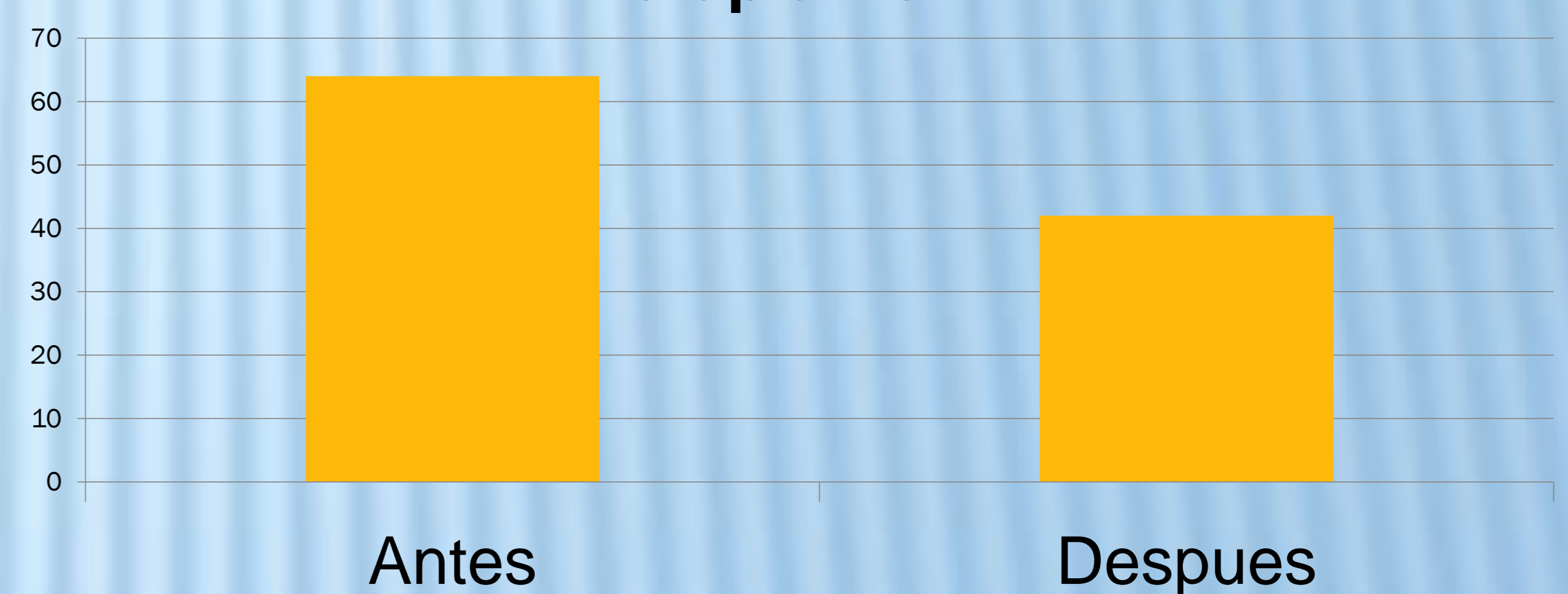
Garrido Picazo MM. Terapéutica en Atención Primaria: Manejo de la ansiedad en Atención Primaria. Elsevier 2008 (8) 407-10.
Casañas Sánchez R, Raya Tena A, Ibáñez Pérez L, Valls Colomer MM. Intervención grupal psicoeducativa en pacientes con ansiedad y depresión en atención primaria de Barcelona. Elsevier 2009 41(4):229-34.

MATERIAL Y MÉTODO

- Estudio cuasi-experimental de antes y después. Se llevó a cabo en el centro de salud A.S.J.1 durante los meses de febrero a junio de 2014. La muestra está compuesta por 25 personas que acuden al CS de forma periódica diagnosticadas de trastorno de ansiedad.
- La intervención grupal con terapia reiki se creó debido a la escasa respuesta farmacológica, y la motivación al tratamiento grupal.
- Se realizaron 8 sesiones con frecuencia quincenales. Se valoraron aspectos tales como la depresión y la ansiedad mediante la escala de Goldberg y valoración de la calidad de vida a través del cuestionario SF-36.



Estado de Ansiedad Antes/Después Terapia Reiki



Puntuación Media del grupo SF-36

