

IMPLEMENTACIÓN DE SOLUCIONES DE eHEALTH PARA COMBATIR LA DEPRESIÓN.

(Proyecto Europeo Mastermind: CIP-ICT Policy Support Programme 2013-7)

Gabilondo Cuellar A⁽¹⁾, González Pinto A⁽²⁾, García Alocén A⁽³⁾, Retolaza Balsategui A⁽⁴⁾, Albaina Bucaicoa O⁽⁵⁾ Fullaondo Zabala A⁽⁵⁾

1) Centro de Salud Mental de Amara. Osakidetza (2) Hospital Universitario de Araba (Osakidetza). Cibersam. Universidad de País Vasco. Vitoria-Gasteiz (3) Organización Sanitaria Integrada Araba. Osakidetza (4) Centro de Salud Mental de Basauri. Osakidetza (5) Centro investigación en cronicidad-Kronikgune. Departamento de Salud Gobierno Vasco

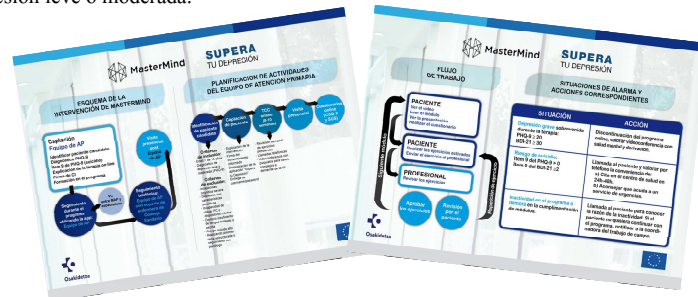
La depresión es el trastorno mental más frecuente en el mundo. La **Terapia Cognitivo Conductual (TCC)**, es una técnica efectiva que mejora la depresión ayudando al paciente a cambiar patrones de pensamiento destructivos. Además, puede ser auto-administrada, realizada en cualquier momento y lugar, disminuyendo la inequidad en el acceso.

OBJETIVOS

- Desplegar un programa de TCC online dentro de una intervención integrada.
- Identificar y analizar las barreras y factores de éxito clínicos y organizativos asociados a la misma.

MATERIAL Y MÉTODOS

- Desarrollo de la **aplicación TCC**, teniendo en cuenta las necesidades de interacción con el paciente, el tipo de contenido terapéutico y la integración de la herramienta en los sistemas de información.
- Desarrollo de un **protocolo de atención integrada** que incluya a los profesionales clave (atención primaria, salud mental, recursos de emergencias).
- Despliegue de la **intervención integrada** sobre una población de **300 pacientes en Euskadi**, mayores de 18 años y diagnosticados de depresión leve o moderada.



RESULTADOS

Actualmente, **se ha desplegado la terapia** en el **sistema sanitario vasco**. Se espera que los resultados contribuyan a la **implementación e integración** de la **TCC online** en la práctica habitual del sistema sanitario, una manera segura, eficiente y efectiva.

CONCLUSIONES

- El **programa de TCC online** ha de ser de fácil utilización para pacientes y profesionales. Además, su **correcto funcionamiento es imprescindible** para mantener la motivación tanto de los pacientes como de los profesionales.
- Se evidencia la necesidad de **formación de los profesionales de atención primaria** en el manejo del programa por internet y de **coordinación entre los profesionales sanitarios** a través de **modelos organizativos integrados**.

- Es necesario mantener el **compromiso de los profesionales durante todo el proceso** para animar a los pacientes a utilizar esta terapia y les acompañen durante el proceso.
- La **creación de la plataforma mediante un equipo multidisciplinar** (Médicos de familia, psiquiatras, enfermeras, etc.) ha sido un factor de éxito.