

EFFECTIVIDAD DE LA TERAPIA COGNITIVO CONDUCTUAL PARA EL ESTRÉS POST-DESASTRE 14 MESES DESPUÉS DE SER APLICADA EN TRABAJADORES DE UN CENTRO DE SALUD DE CONSTITUCION EXPUESTOS AL 27 DE FEBRERO DE 2010

**XIMENA LARA TORRES
PSICÓLOGO CON MENCIÓN SOCIAL Y ORGANIZACIONAL**

RESUMEN

Introducción: después del terremoto y tsunami del 27 de febrero de 2010 (27-F) el trastorno clínico más común es el estrés post-traumático (TEPT). Para tratarlo, la Terapia Cognitivo Conductual (TCC) es la más efectiva y, en particular después de un desastre, la TCC post-desastre (TCCPD). Objetivo: determinar la efectividad de la TCCPD, realizada a personal de un Centro de Salud de la ciudad de Constitución, 14 meses después de su aplicación. Método: utilizando un diseño cuasi-experimental longitudinal, se midió los síntomas intensos de TEPT en 3 grupos (sin TCCPD y sin síntomas intensos; sin TCCPD y con síntomas intensos; y con TCCPD y sin síntomas intensos) y en 3 ocasiones (antes, inmediatamente después y 14 meses después de la TCCPD). La muestra corresponde a 31 participantes (de los cuales 6 recibieron TCCPD). Se utilizó la escala SPRINT-E para evaluarlos. Resultados: A los 14 meses finalizado el tratamiento, la media de síntomas intensos del grupo que recibió TCCPD ($M=2.2$) se mantiene igual que la del grupo de quienes no la recibieron y no tenían síntomas intensos ($M=0.4$; $I-J=1.798$; $p>.05$) y tampoco es significativamente distinta de la media del grupo que teniendo síntomas intensos no recibió el tratamiento ($M=0.4$; $I-J=-1.167$; $p>.05$). Conclusión: La TCCPD es efectiva para disminuir sintomatología intensa de TEPT y su efecto se mantiene 14 meses después de ser aplicada. Esto se explica porque la TCCPD resulta ser una herramienta breve y que pone énfasis en la participación de las víctimas en el proceso terapéutico.

Palabras claves: estrés post-traumático, terapia cognitiva conductual para estrés post-desastre, terremoto, tsunami, 27-F.