



Comparación entre la terapia cognitivo-conductual y la terapia interpersonal en el tratamiento de la depresión posparto: una revisión sistemática

Autor Danilo Panheiro Moreira

Tahuane Paula de Freitas

Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad Central del Paraguay, Pedro Juan Caballero

29 de enero de 2025

Trabajo Final de Grado



Resumen

Esta revisión sistematica tuvo como objetivo comparar la eficacia de la terapia cognitivo-conductual (TCC) y la terapia interpersonal(TIP) en el tratamiento y prevención de la depresión posparto (DPP) , considerando factores como el contexto clínico , la duración del tratamiento y la gravedad inicial de los síntomas . Se incluyeron 20 estudios publicados entre 2014 y 2024 , principalmente ensayos clínicos aleatorizados y estudios Cuasi-experimentales, que evaluaron mujeres diagnosticadas con DPP según los criterios DSM-5 o CIE-10 , con intervenciones realizadas en el primer año posparto. Las variables principales incluyeron la reducción de síntomas depresivos , medidas a través de escalas validadas como la EPDS y el PHQ-9, la adherencia al tratamiento y los factores contextuales y culturales que influyen en su eficacia . Los resultados evidenciaron que tanto la TIP como la TCC fueron efectivas en a reduccion de sintomas de DPP, con la TIP destacándose en contexto de alta vulnerabilidad social y la TCC ofreciendo soluciones accesibles mediante modalidades digitales o domiciliarias . Se concluyo que la elección de la terapia debe basarse en las características de la población objetivo y las condiciones de implementación , destacando la importancia de la adherencia y la duración del tratamiento para maximizar los resultados.

Palabra clave: Depresion posparto, Terapia Cognitivo-Conductual, Terapia interpersonal, Salud mental materna, Psicoterapia