



ȘCOALA DE STUDII DOCTORALE

REZUMATUL TEZEI DE DOCTORAT

Eficiența Terapiei Cognitiv-Comportamentale în depresia și anxietatea asociate sclerozei multiple

Doctorand: Mureșan (Schenk) Alina

Conducător de doctorat: Prof. Dr. Bălașa Rodica

Stadiul actual al cunoașterii

Scleroza multiplă (SM) reprezintă una dintre cele mai provocatoare boli neurodegenerative care necesită o abordare terapeutică multimodală și integrativă pentru reducerea impactului negativ asupra calității vieții pacienților. Datorită caracteristicilor sale progresive și imprevizibile, SM este adesea asociată cu psihopatologia, în special depresia, anxietatea și modificările de personalitate. Apariția tulburărilor de sănătate mintală poate influența în mod semnificativ adaptarea pacienților la SM, precum și comportamentul lor proactiv în gestionarea acesteia.

Având în vedere prevalența ridicată a tulburărilor emoționale, cercetările din ultimul deceniu au investigat eficacitatea intervențiilor psihologice privind reducerea simptomatologiei depresive și anxioase. Printre acestea, intervențiile de tipul Terapiilor Cognitiv Comportamentale (TCC) au demonstrat un efect moderat în reducerea psihopatologiei și îmbunătățirea calității vieții pacienților cu SM. Cu toate acestea, puțini pacienți au acces la aceste tratamente datorită mai multor factori, cum ar fi: simptomele clinice specifice ale bolii, numărul redus de terapeuți specializați în această intervenție psihologică, precum și durata procesului terapeutic.

Mai mult, din câte știm, impactul PCC asupra mecanismelor psihologice disfuncționale, responsabile de debutul psihopatologiei, nu a fost încă evaluat. În plus, explorarea relației dintre simptomele psihologice și fiziologice, credințe și personalitate ar conduce la o creștere a eficienței intervențiilor psihologice prin dezvoltarea unor protocoale personalizate de tratament pentru pacienții cu SM.

Obiectivul general

Prezenta cercetare a avut ca scop evaluarea factorilor psihologici implicați în procesul de adaptare al pacienților la SM prin investigarea prevalenței tulburărilor de sănătate mintală asociate cu SM și stabilirea legăturilor dintre psihopatologie și cele mai frecvente simptome ale bolii, precum și testarea eficienței unei intervenții de tip PCC pentru a crește bunăstarea psihologică a pacientului.

Studiul 1 a avut ca scop evaluarea comorbidității neuroticismului ca cea mai reprezentativă trăsătură a personalității disfuncționale și a tulburărilor emoționale la pacienții cu SM, precum și cu impactul lor clinic asupra manifestării bolii. Studiul a constatat într-o analiză sistematică și o meta-analiză care a inclus un număr de 22 de studii publicate în perioada 2012-2024, care au evaluat comorbiditatea dintre neuroticism, anxietate și depresie. Revizuirea sistematică a fost efectuată în conformitate cu criteriile de verificare PRISMA, iar meta-analiza a fost efectuată utilizând un software pentru medii de grup. De asemenea, riscul de bias a studiilor incluse a fost evaluat utilizând instrumentul AXIS pentru studii observaționale. Rezultatele au arătat că pacienții cu niveluri crescute de neuroticism și depresie au raportat niveluri mai ridicate de oboseală și niveluri mai scăzute ale calității vieții. În aceeași lumină, neuroticismul a fost asociat cu deficite de atenție și memorie, în timp ce simptomele depresiei s-au corelat pozitiv cu tulburările cognitive. De asemenea, anxietatea în asociere cu neuroticismul a prezis înrăutățirea componentei fizice și psihologice a calității vieții la pacienții cu SM. Progresia bolii și recurențele sunt

influențate de asocierea dintre anxietate și neuroticism. În conformitate cu investigațiile anterioare, rezultatele meta-analizei au demonstrat o prevalență crescută a tulburărilor emoționale și a neuroticismului la pacienții cu SM. Asocierea acestor factori psihologici crește riscul de multimorbiditate în SM, afectând acomodarea pacientului la planul de tratament cu consecințe negative asupra evoluției bolii.

Studiul 2 a testat eficiența și fezabilitatea unei intervenții online dintr-o singură ședință (SS) pe baza unui protocol TCC care abordează simptomele de anxietate și depresie, mecanismele psihologice, oboseala și sănătatea percepută a pacienților cu SM. După screening-ul simptomelor de anxietate și depresie, 31 de pacienți adulți cu diagnostic final de SM, care urmau un tratament de modificare a bolii, fără tulburări psihice severe au fost incluși într-un studiu pilot de intervenție pretest-posttest. Protocolul de intervenție de 90 de minute a fost adaptat pentru pacienții cu SM și a inclus tehnici cognitive și comportamentale specifice, menite să reducă nivelul simptomatologiei clinice a pacienților. Pe baza modelului cognitiv al psihopatologiei, intervenția a cuprins următoarele faze: psihoeducație, conceptualizare cognitivă de caz, restructurarea cognitivă, mindfulness-ul, activarea comportamentală, relaxarea, igiena somnului și elaborarea planului de acțiune. Toate instrumentele clinice au fost aplicate înainte de intervenție, la două săptămâni după intervenție și la monitorizarea de 2 luni. Rezultatele studiului au stabilit o corelație pozitivă semnificativă între depresie, anxietate, mecanisme psihologice disfuncționale (gânduri automate negative, credințe iraționale și atitudini disfuncționale). De asemenea, rezultatele au demonstrat eficacitatea imediată și pe termen lung a unei SS TCC, online, pentru reducerea simptomelor ușor spre moderate de depresie și anxietate și îmbunătățirea stării de sănătate percepute a pacienților cu SM. În plus, protocolul a redus scorurile mecanismelor psihologice disfuncționale, subliniind importanța rolului lor în debutul și menținerea psihopatologiei.

Studiul 3 a explorat interacțiunea dintre personalitate, mecanismele psihologice disfuncționale și simptomele clinice într-un eșantion de pacienți români diagnosticați cu SM și un eșantion de control. Astfel, acest studiu observațional a inclus două eșantioane formate din 43 de pacienți cu SM, eșantionul clinic și 32 de participanți din populația generală, grupul de control. După semnarea consimțământului informat, participanții au finalizat evaluarea personalității, depresiei, anxietății, oboselii, stării de sănătate și mecanismelor psihologice disfuncționale. Comparările variabilelor între grupuri au arătat că eșantionul clinic a avut niveluri mai ridicate de simptome clinice în comparație cu grupul de control. De asemenea, după cum era de așteptat, din perspectiva dimensională a personalității, pacienții cu SM au raportat mai multe trăsături de personalitate disfuncționale, cum ar fi emoționalitatea negativă și detașarea socială și afectivă. În plus, personalitatea evaluată utilizând cadrul categorial a relevat prezența trăsăturilor de personalitate dependente și schizoide în eșantionul SM în comparație cu cel de control. Analiza medierii a subliniat rolul important al mecanismelor psihologice disfuncționale asupra relației dintre personalitate și simptomele clinice în SM. Gândurile automate negative acționează ca un mediator puternic între trăsătura de personalitate dependentă și tulburările emoționale și simptomele fizice în SM. Interesant este că relația dintre trăsăturile de personalitate dependente și schizoide și depresie a fost mediată de interacțiunea dintre toate mecanismele disfuncționale psihologice, subliniind semnificația modelului cognitiv în această psihopatologie. Aceste rezultate ale cercetării accentuează valoarea modelului biopsihosocial al tulburărilor neuropsihiatrice în SM. În particular, asocierile dintre factorii genetici, factorii neurobiologici, factorii imunologici și factorii psihosociali.

Discuții generale

Această cercetare evidențiază implicațiile importante ale factorilor psihologici în procesul de adaptare a pacienților la specificul și gestionarea eficientă a bolii. Având în vedere prevalența crescută a psihopatologiei și a trăsăturilor de personalitate disfuncționale și asocierea lor în SM, o evaluare multimodală și integrativă, exhaustivă, repetată a tulburărilor emoționale, a mecanismelor psihologice disfuncționale și a personalității este foarte recomandată pentru monitorizarea și prevenirea dezvoltării psihopatologiei. Intervenția inovatoare SS TCC pentru reducerea tulburărilor emoționale și a mecanismelor psihologice disfuncționale asociate poate promova o mai bună aderarea la tratamentele medicale, îmbunătățind starea generală de sănătate a pacienților. Mai mult decât atât, protocolul poate fi aplicat de personalul medical în urma unui training cu scopul îmbunătățirii îngrijirii generale a pacienților cu SM, ca parte a unei abordări comprehensive pentru gestionarea bolii.