

Inmunomediadas en **ADOLESCENTES**

Abordaje del
adolescente con

**dermatitis
atópica**

Marta Loro Pérez

Psicóloga general sanitaria

Hospital Universitario Puerta de Hierro Majadahonda



CASO HÉCTOR



Inmunomedidas en



ADOLESCENTES

Datos generales

- Héctor es un chico de 15 años (a punto de cumplir 16) que cursa 3 de la ESO en Madrid.
- Su madre, Rosa, contacta vía asociación de pacientes (SOMOSADA), "Le está afectando psicológicamente y por ello nos gustaría que le valorases, ya que consideramos que si le trata un psicólogo@ que conoce la enfermedad sería mucho mejor". Comienzan terapia en octubre 2024.
- Evaluación escalas y aspectos dermatológicos:
 - Inicio de síntomas en la infancia, con Onset hace 1 año aprox. No comorbilidades atópicas, AF por parte de padre.
 - NRS Prurito 9, CDLQI 23 (extremo), HADS 23. Tto con abro sin éxito, actualmente bari.

Datos generales

- Aspectos psicológicos:
 - Entrevista personal: Personalidad **introvertida**, tímido, grupo cercano de amigos. Le gustaba mucho el basket, ahora no practica por picor. **Muy obsesivo**.
 - Hijo único, **alianza paterna** (padre DA leve). Físicamente muy parecidos, ambos basket → Catastrofismo DA del padre que se contagia al hijo. Padre baja laboral.
 - Niveles elevados de **ansiedad en el discurso** (los padres se pisan hablando, incapaces de tranquilizarse a sí mismos y a su hijo).
 - Tendencia a la **evitación** por parte de Héctor que es validada por los padres.
 - **Alteraciones del sueño** en todos (padre se levanta a comprobar cuando Héctor se desvela)
 - Ha comenzado a tener **problemas de irritabilidad** y episodios de agresividad física que son pobemente castigados (padre se enfrenta a la madre)
 - **No acude a clase** (le están dando ciertas ayudas, como profesores a domicilio)

Objetivos

- Manejar autodisco en relación a aparición de síntomas de DA. Trabajar en verbalizaciones que fomenten el afrontamiento frente a verbalizaciones catastrofistas.
- Proporcionar tanto a Héctor como a sus padres estrategias de control del estrés, fomentando su capacidad para tranquilizarse ante situaciones estresantes.
- Frenar urgentemente evitación. Devolver irritabilidad como síntoma depresivo en niños y adolescentes. Necesidad de poner límites claros. Preparar para reincorporación laboral.
 - Recomendación psicoterapia paterna (culpa y ansiedad)
 - Recomendación ISRS en relación a sx depresivos de Héctor
- Higiene del sueño, especialmente en padre.

Primeras sesiones

Abordaje del
adolescente con
**dermatitis
atopica**

Inmunomedidas en



ADOLESCENTES

Manejar autodisco

- Padre **conciencia sobre uso de términos catastrofistas** "esto es horrible", "está fatal", "le pica un poco y claro ya se va todo a la m*****".
- Instruir en la **influencia que él tiene en cómo Héctor va a vivir su DA**.
- Apoyarse en madre para enfrentamiento
 - Uso de **verbalizaciones orientadas al afrontamiento** de los síntomas "Hijo, ya sé que ahora te pica bastante, pero ya sabes que esto va a rachas y en un rato probablemente el picor haya bajado"
 - "Estas haciéndolo bien, esto puede ser duro pero no va a durar para siempre, estamos buscando algo que vaya a ayudarte con el picor"
 - "Sólo necesitamos un poco de paciencia más, pronto habremos encontrado un tratamiento que te ayude

Manejar autodisco

- Practicar con Héctor estas verbalizaciones en el tratamiento individual, usamos figura de Rocky Balboa como **modelo de conducta** para conectar con su motivación y su fuerza.
- Tarea → Cuando comience a experimentar mucha frustración y perciba que "se le va la cabeza" que escriba lo que cree que Rocky Balboa le diría

Estrategias de control del estrés

- Entrenamiento en **respiración diafragmática** tanto a padres como a Héctor.
- Indicación de que esto no va a eliminar su estrés y su picor, sólo va a impedir que siga escalando tan rápido. Es una manera nueva de responder a los estresores que no “echa más leña al fuego”.
- Indicación de separación entre parent e hijo cuando Héctor esté comenzando a frustrarse--> Dejar que sea la madre quien se haga cargo para evitar culpas y escalada
- Reconnectar con **actividades placenteras** para Héctor desde otro sitio→ No puede ir a jugar a Basket, pero sí ir a ver un partido de su equipo (le frustra, pero trabajamos sobre la frustración “es frustrante ver a tus amigos y no poder jugar, pero más frustrante aún es desconectar absolutamente del basket, cuando es algo que te gusta”.
- En parent, vuelta inmediata al deporte

3-4 meses...



Inmunomedidas en



ADOLESCENTES

Dificultades en adherencia

- Padre mucha dificultad para adherencia a indicaciones terapéuticas
- Héctor dificultades en la adherencia para tto psicofarmacológico
 - Padre educar en influencia que tiene en conducta de Héctor
 - Héctor trabajo de adherencia y explicación de tto psicofarmacológico
 - Padre tto psicofarmacológico

→ Varias visitas a urgencias, fallo jak y cambio a Dupilumab. Tras 1,5-2 meses de tto con Dupilumab suspensión por conjuntivitis grave. Cambio a Lebrikizumab.

6 meses...

Abordaje del
adolescente con
**dermatitis
atopica**

Inmunomedidas en



ADOLESCENTES

Higiene del sueño

- Indicación de que sea la **madre quien atienda** a Héctor si este tiene despertares y entrenamiento en higiene del sueño:
 - Mantener un horario de sueño fijo
 - Evitar estimulantes (sustancias y dispositivos) 2 horas antes de dormir
 - Evitar actividades como comer, hablar por teléfono, discutir... El cerebro necesita asociar el dormitorio y la cama a la actividad de dormir. Cuando se realizan otro tipo de actividades el cerebro recibe un doble mensaje y se confunde.
 - Tratar de recibir luz solar durante el día, al menos 10 mins (ritmos circadianos)
 - Evitar las siestas
 - Construir una “rutina de noche” actividades que ayuden al cerebro a indicar que se acerca la hora de dormir

Manejo de la evitación

- Aprender a **tolerar emociones desagradables** apoyándose en autodiscurso → instruir en lo útil que va a ser esto para manejar DA (síntomas y dar tiempo a los tratamientos)
- **Exposición graduada** de situaciones que haya estado evitando (preparar para acudir a clase). Se recuerda que el objetivo no es actualmente atender, empezar por acudir a la hora del recreo en lugar de a primera hora. **Entrenar comunicación** de su situación.

Llegó verano

Abordaje del
adolescente con
**dermatitis
atópica**

Inmunomedidas en



ADOLESCENTES

Actualmente

- Cuesta que quiera venir a sesión (acuden padres). Trabajando con padres que es importante mantener cierta continuidad, aunque sea 1 mes (cosas no trabajadas, como manejo de obsesividad). Pendiente de evaluar con escalas (no las contesta, pero manda e-mails cuando tiene estrés).
- Vida social completamente recuperada
- Ha comenzado a hacer deporte ligero
- Acude presencialmente a las clases
- Piel mejor, no EASI 0, pero sentimiento de competencia.

¡Gracias!

martaloropsicologa@gmail.com



Inmunomedidas en



ADOLESCENTES