

Estimulación de electroterapia craneal (CES) para la ansiedad

CES está aprobado por la FDA para el tratamiento de la ansiedad, la depresión y el insomnio.

Publicado el 27 de septiembre de 2018

La estimulación por electroterapia craneal (CES) tiene efectos beneficiosos sobre muchos problemas de salud mental

La estimulación eléctrica con microcorriente, también llamada estimulación por electroterapia craneal (CES), ha sido aprobada por la Administración de Drogas y Alimentos de los EE. UU. Para el tratamiento del insomnio, el estado de ánimo deprimido y la ansiedad, pero los psiquiatras no la utilizan ni la recomiendan y otros proveedores de salud mental. El tratamiento consiste en aplicar una corriente eléctrica pulsada muy débil a los lóbulos de las orejas o al cuero cabelludo.

CES cambia la red de modo predeterminado del cerebro

El mecanismo de acción probablemente esté relacionado con cambios en la actividad cerebral cortical que causan una conectividad alterada en la llamada 'red de modo predeterminado (DMN) (Feusner 2012). ' Los pequeños cambios en la DMN se traducen en cambios sostenidos en el estado de reposo del cerebro y en el nivel general de excitación, lo que resulta en una reducción de la ansiedad.

Los resultados de la investigación son positivos

Los estudios controlados de forma simulada y los metanálisis muestran que el CES es un tratamiento seguro y eficaz de la ansiedad generalizada. Un metanálisis de ensayos controlados doble ciego que compararon CES con un tratamiento simulado (es decir, electrodos aplicados pero sin corriente) concluyó que las medidas de ansiedad generalizada mejoraron en 7 de 8 estudios, y la magnitud de la mejoría alcanzó significación estadística en 4 de estos. Una revisión más amplia que abarcó 34 ensayos controlados de forma simulada realizados entre 1963 y 1996 concluyó que los tratamientos regulares de CES produjeron un alivio sintomático a corto plazo de los síntomas de ansiedad generalizada mediados por efectos directos en los centros cerebrales autónomos (DeFelice 1997). En un ensayo abierto de 10 semanas de terapia CES autoadministrada

diariamente en 182 personas diagnosticadas con trastornos de ansiedad según el DSM- III, el 73% de los pacientes informaron reducciones significativas de la ansiedad que se mantuvieron a los 6 meses de seguimiento. Significativamente, una cuarta parte de los pacientes inscritos en este estudio habían fracasado en ensayos con medicamentos convencionales y el 58% no había recibido ningún tratamiento previo de ningún tipo para sus síntomas de ansiedad. En general, los pacientes que reciben al menos 4 a 6 tratamientos CES experimentan una reducción más sostenida de la ansiedad en comparación con los pacientes que reciben menos tratamientos.

Los individuos diagnosticados con una o más fobias según los criterios del DSM informaron reducciones significativas en la ansiedad transitoria cuando la exposición al estímulo fóbico fue seguida por 30 minutos de tratamiento con CES. Se logró una reducción de la ansiedad comparable con el CES y los medicamentos ansiolíticos convencionales, lo que sugiere que el CES puede ser un enfoque eficaz para los pacientes fóbicos que desean suspender los medicamentos recetados. Los pacientes hospitalizados con antecedentes de abuso de drogas o alcohol informaron una reducción significativa de la ansiedad en comparación con los pacientes emparejados que recibieron CES simulado.

No se han informado pocos efectos secundarios transitorios leves, pero no efectos adversos graves de la estimulación cerebral eléctrica con microcorriente.

Para obtener más información sobre los tratamientos no farmacológicos de la ansiedad, lea mi libro electrónico " Ansiedad: la solución integral para la salud mental. "



James Lake, MD, profesor asistente clínico de la Facultad de Medicina de la Universidad de Arizona, trabaja para transformar la atención de la salud mental mediante el uso de terapias alternativas basadas en la evidencia.