

# Abrazoterapia para el alivio del dolor, la depresión y la ansiedad

Resumido por: Sevilla Martín M, Paz Valiñas L, Faraldo Vallés MJ, Mejuto Martí T. Abrazoterapia para el alivio del dolor, la depresión y la ansiedad. Madrid: Ministerio de Sanidad. Santiago de Compostela: Agencia Gallega para la Gestión del Conocimiento en Salud, ACIS, Unidad de Asesoramiento Científico-Técnico, Avalia-t; 2025. (Colección: Informes, estudios e investigación. Ministerio de Sanidad).

PDF en el siguiente enlace: [https://runa.sergas.gal/xmlui/bitstream/handle/20.500.11940/23061/avalia-t21PS23\\_Abrazoterapia\\_DEF\\_NIPOTRAMITE.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://runa.sergas.gal/xmlui/bitstream/handle/20.500.11940/23061/avalia-t21PS23_Abrazoterapia_DEF_NIPOTRAMITE.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

## NOMBRE DE LA TÉCNICA CON PRETENDIDA FINALIDAD SANITARIA

Abrazoterapia.

## DEFINICIÓN DE LA TÉCNICA E INDICACIONES CLÍNICAS

El término abrazoterapia no es utilizado en ninguno de los estudios publicados.

Los estudios localizados emplean el abrazo como una técnica, pero no existen unas pautas comunes, por lo que, no se puede hablar de una terapia como tal.

En este informe, se buscaron aquellos estudios que emplearon los abrazos como una forma de intervención para la mejora de diferentes condiciones como el dolor, la ansiedad y o la depresión que estén diagnosticadas.

## CALIDAD DE LA EVIDENCIA

Los estudios incluidos que evaluaron esta técnica son de muy baja calidad.

## RESULTADOS CLAVE

Solo se localizaron dos estudios que evaluaron el efecto de los abrazos sobre el alivio del dolor en recién nacidos y niños pequeños durante la venopunción o toma de muestra de sangre.

Estos estudios presentan muchas deficiencias y no se puede tener certeza sobre ninguno de sus resultados obtenidos.

## CONCLUSIÓN

No se ha localizado evidencia científica de ninguna intervención denominada abrazoterapia.

Los estudios evaluados sugieren que el estrecho contacto entre la madre y sus hijos a través de los abrazos podría reducir el dolor o comportamiento relacionado con el dolor durante la venopunción o toma de muestra de sangre.

