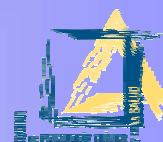


Utilización de medidas objetivas del descenso de la ansiedad durante la terapia de exposición en un caso de fobia social



Fernández Arias, I., Rodríguez Ruano, B., Arderius Sánchez, E., Escolar Yagüe, A., García-Vera, M.P., y Sanz, J.

Unidad de Psicología Clínica y de la Salud. Universidad Complutense de Madrid



INTRODUCCIÓN

Las técnicas de exposición forman parte del tratamiento psicológico de elección para los trastornos de ansiedad, especialmente para las fobias. Su aplicación implica que el paciente continúe exponiéndose al estímulo temido hasta que su ansiedad disminuya de forma significativa y pueda pasar entonces a exponerse al siguiente ítem de la jerarquía de estímulos temidos.

Habitualmente, la medición del descenso de ansiedad se basa únicamente en criterios subjetivos: las unidades subjetivas de ansiedad (USAs) informadas por los pacientes. Por ejemplo, entre 2000 y 2005, se publicaron 37 artículos sobre la terapia de exposición para los trastornos de ansiedad en las revistas "Behaviour Research and Therapy" y "Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry"; todos los estudios utilizaron las USAs y tan sólo 8 emplearon medidas psicofisiológicas.

No obstante, los sesgos y distorsiones que pueden afectar a los USAs y los problemas de desincronía y fraccionamiento de respuesta, sugieren que la utilización de índices objetivos de ansiedad derivados de medidas psicofisiológicas pueden asegurar y potenciar la eficacia de la exposición.

OBJETIVOS

- Mostrar la utilización de medidas psicofisiológicas (nivel de conductancia de la piel: SCL) como índice objetivo del descenso de ansiedad en la exposición
- Analizar la relación entre las medidas objetivas y subjetivas de ansiedad
- Evaluar la efectividad del tratamiento cognitivo-conductual para la fobia social

DESCRIPCIÓN DEL CASO

- **PACIENTE:** Mujer de 18 años, soltera, que presentaba un problema crónico de ansiedad social que se había agudizado en los últimos 3 años tras experimentar un acontecimiento estresante.
- **DIAGNÓSTICO (DSM-IV-TR):** Fobia social generalizada
- **EVALUACIÓN:** 3 sesiones de evaluación durante las que se aplicó la *Escala de Ansiedad y Evitación Social (SAD; Watson y Friend, 1969)*, la *Escala de Miedo a la Evaluación Negativa (FNE; Watson y Friend, 1969)* y el *Inventario para la Depresión de Beck-II (BDI-II; Beck, Steer y Brown, 1996)*, y una sesión de devolución de información.
- **TRATAMIENTO:** Programa multicomponente cognitivo-conductual de 15 sesiones individuales con: **psicoeducación, relajación, reestructuración cognitiva, exposición y entrenamiento en habilidades sociales.**

PROCEDIMIENTO DE EXPOSICIÓN

- ❖ Elaboración de la jerarquía de exposición con ítems en vivo y en imaginación (véase la Tabla 1)
- ❖ Puntuación en USAs del ítem previo a la exposición (véase la Tabla 1)
- ❖ Creación de una escena neutra
- ❖ Colocación de electrodos para el registro del nivel de conductancia de la piel (SCL)
- ❖ Evocación de la escena neutra con el fin de facilitar la habituación al aparato
- ❖ Medición de una línea base de SCL durante 2 minutos a intervalos de 30 segundos
- ❖ Exposición al ítem y registro de las medidas de SCL cada 30 segundos
- ❖ El ítem se considera superado cuando la medida de SCL alcanza el mismo nivel de la línea base y se mantiene en él durante 60 segundos
- ❖ Puntuación en USAs del ítem una vez alcanzado el criterio de superación del ítem

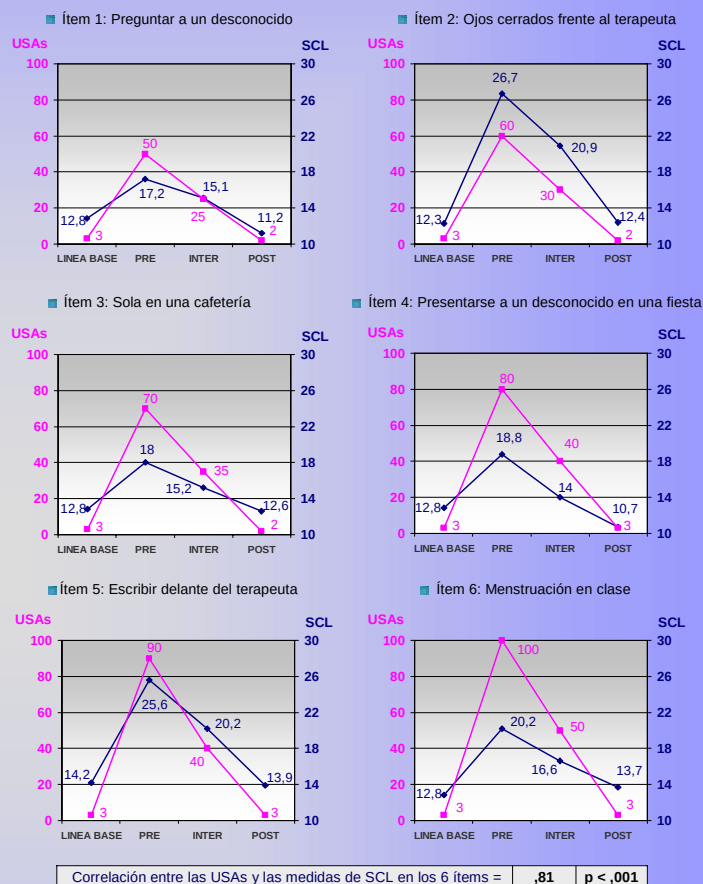
Tabla 1. Ítems de la exposición

ÍTEM	MODALIDAD	USAs
1. Preguntar a un desconocido por una dirección en la calle	En imaginación	50
2. Permanecer con los ojos cerrados delante del terapeuta	En vivo	60
3. Estar sola en una cafetería, sentada en la barra	En imaginación	70
4. Presentarse a un desconocido en una fiesta	En imaginación	80
5. Escribir delante del terapeuta: escritura espontánea	En vivo	90
6. Salir a la pizarra en clase y percibir que tiene la ropa manchada por la menstruación	En imaginación	100

RESULTADOS

Instrumentos	MEDIDAS			Criterio de recuperación *
	Pretratamiento	Intertratamiento	Postratamiento	
SAD	27	20	5	8
FNE	30	20	10	19
BDI-II	35	14	7	9

Nota. * Puntuaciones medias obtenidas en muestras de estudiantes universitarios españoles (SAD: Sanz, Gil y García-Vera, 1998; FNE: Caballo, 1987; BDI-II: Sanz, Navarro y Vázquez, 2003)



CONCLUSIONES

- La utilización de medidas psicofisiológicas (SCL), en lugar de USAs, como criterio de descenso de la ansiedad durante la exposición es factible en la práctica clínica y no parece disminuir la eficacia terapéutica de la exposición.
- Se ha encontrado una alta correlación entre las medidas objetivas (SCL) y subjetivas (USAs) de ansiedad durante la exposición, lo cual es coherente con los estudios que indican la existencia de sincronía en las respuestas de ansiedad en las situaciones estresantes, pero no en las no estresantes (Gerew et al., 1989).
- Este caso ejemplifica la eficacia de las terapias cognitivo-conductuales para la fobia social, eficacia que se manifiesta no sólo en las reducciones clínicamente significativas de la sintomatología ansiosa que define el trastorno (SAD y FNE), sino también en la reducción clínicamente significativa de la sintomatología depresiva (BDI-II) que suele acompañar al trastorno, hasta llegar en ambos tipos de síntomas a niveles normales y así poder hablar de recuperación.

REFERENCIAS

- Gerew, A. B., Romney, D. M., y Leboeuf, A. (1989). Synchrony and desynchrony in high and low arousal subjects undergoing therapeutic exposure. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 20(3), 41-48.

AGRADECIMIENTOS Y DIRECCIÓN

Nuestro agradecimiento a los demás psicólogos internos de la Unidad de Psicología Clínica y de la Salud de la UCM (Cristina Castilla Baylos, Ana Enjuanes García, Zaios Gómez Torres, Helena Olivera Pérez-Frade, Laura Romero Colino, Ana Sanz Cortés, Andrés Sotoca Plaza y Víctor Manuel de la Torre Iglesias) por su ayuda en esta investigación.

Dirección para la correspondencia en relación a este póster: María Paz García-Vera, Unidad de Psicología Clínica y de la Salud, Universidad Complutense de Madrid, Campus de Somosaguas, 28223 Madrid, España. E-mail: mpgvera@psi.ucm.es