

OLIVARES, J., ALCÁZAR, A.I.R.
Y GARCÍA, L. J. (2004)

Fobia social en la adolescencia. El miedo a relacionarse y a actuar ante los demás

Madrid: Ojos Solares

Esta obra es producto de *José Olivares Rodríguez*, profesor especialista en pedagogía terapéutica y director de la Unidad de Terapia de Conducta del SEPA de la Universidad de Murcia y profesor titular de esta universidad; *Ana Isabel Rosa Alcázar* es profesora de la facultad de psicología de esta universidad, y *Luis Joaquín García-López* es profesor tutor de la UNED.

El presente trabajo pretende ser una aportación al estudio de la fobia social en la adolescencia, con este fin los autores han intentado unir rigor y claridad en la exposición, ofreciendo un extenso conjunto de referencias bibliográficas.

La fobia social es un miedo irracional a afrontar situaciones que impliquen contacto social. El temor básico es el miedo a la opinión que pueden tener los demás sobre uno mismo. Es un trastorno de conducta grave que reconoce la Asociación Americana de Psiquiatría, así como la Organización Mundial de la Salud.

La obra ha sido estructurada en seis capítulos, manteniendo el guión que tradicionalmente es desarrollado en la colección Ojos Solares de la editorial Pirámide, y que puede ser sintetizada en tres etapas: diagnóstico, evaluación y tratamiento.

En el primero de ellos, que sirve de introducción de la obra se analiza que es la adolescencia, en el se trata de los problemas psicológicos que frecuentemente acompañan a esta edad.

En el segundo capítulo y ya centrados en la adolescencia, se aborda el miedo a los otros en el contexto de los miedos que pueden entenderse como normales en ese tramo de edad. Un paso más es la ansiedad social desadaptativa. Ello conduce a los autores, tras un repaso histórico, al concepto de fobia social, sus clases o subtipos, el diagnóstico diferencial y sus implicaciones clínicas.

En el tercer capítulo se representan los datos epidemiológicos, os cuales varían en

función de los instrumentos utilizados así como de los criterios diagnósticos utilizados.

Es en el cuarto capítulo donde se analizan los factores de vulnerabilidad que predisponen al desarrollo de estos trastornos. Entre ellos los factores familiares y sociales, evolutivos, variables de personalidad, así como relaciones con adultos especialmente significativos, representan la casi totalidad del cuerpo de los factores predisponentes. Se analizan diferentes modelos explicativos (psicológicos y neurológicos) y se propone una posible propuesta explicativa por parte de los autores de la obra, con la finalidad de que se pueda tener una visión de la génesis, el desarrollo y el mantenimiento de este problema.

El capítulo quinto se centra en la *evaluación*. La evaluación de la ansiedad gira en torno a tres componentes: 1. *Cognitivo (vivencias subjetivas)*; en palabras de Beck, la manera en que los pacientes perciben, y en consecuencia, estructuran el mundo es lo que determina sus emociones y su conducta. 2. *Fisiológico (los procesos o reacciones fisiológicas)*; Implican la actividad de las estructuras cerebrales, el sistema nervioso autónomo y el sistema endocrino y se evalúa a través de índices como la tasa cardíaca o la respuesta electrodérmica. Y 3. *Emocional expresivo (las manifestaciones conductuales)*; se evalúa a través de las observaciones de la expresión facial, los cambios esquelético-motores, las posturas

corporales, las vocalizaciones y las reglas sociales. Se analizan, en concreto, tres instrumentos: los autoinformes, las medidas de observación y los registros psicofisiológicos.

En el último capítulo se presenta la *intervención, centrada en el tratamiento farmacológico y en el tratamiento psicológico, bien de forma aislada o bien de forma conjunta*. Respecto al tratamiento psicológico se centran en algunas investigaciones en las que se han puesto a prueba hipótesis relativas a los modelos cognitivo-conductuales mediante el diseño de tratamiento *ad hoc* como la Terapia Racional Emotiva, el entrenamiento en Autoinstrucciones, distintas modalidades de Reestructuración Cognitiva, Resolución de problemas. Lo idóneo es prescribir agentes ansiolíticos durante la fase inicial del tratamiento, estos fármacos no curan; más bien tranquilizan al paciente lo suficiente como para permitirles encajar en terapias que puedan ser beneficiosas, si no curativas en algunos casos, y beneficiarse de ellas. No obstante, todavía se conoce poco sobre los beneficios o efectos de combinar tratamientos psicológicos con farmacológicos, especialmente en la fobia social generalizada.

La obra finaliza con una serie de lecturas recomendadas relacionadas con la evaluación y tratamiento de la fobia social en la adolescencia, así como con obras relacionadas con la fobia social en la infancia y con la fobia social en la edad adulta.

De esta obra destacamos la claridad en la exposición, la rigurosidad científica y el análisis de casos que se incluyen, los cuales permiten al lector tener una visión real de este problema de conducta y de sus consecuencias en la vida cotidiana, a media y a largo plazo.

Consideramos que este manual puede ser una excelente herramienta de trabajo, para todos aquellos profesionales interesados en

este trastorno de ansiedad de la adolescencia, a los que puede resultar de gran utilidad las diferentes instrumentos de evaluación y técnicas de intervención que en el se exponen, así como a todos aquellos que pueden estar interesados en ampliar sus conocimientos con esta visión tan actualizada de este trastorno.

Esperanza Bausela Herreras