

IDENTIFICACIÓN

Rodebaugh, T. L.; Holaway, R. M.; y Heimberg R. G. The treatment of social anxiety disorder (2004) The treatment of social anxiety disorder. *Clinical Psychology Review*, 24, 883-908.

RESUMEN

Este estudio consiste en una revisión de los tratamientos disponibles para el trastorno de ansiedad social. Se centra, fundamentalmente, en las intervenciones psicoterapéuticas que se han desarrollado en adultos, pero también presta atención a los tratamientos farmacológicos y a las intervenciones en niños y en adolescentes. Además, analiza los componentes de que han constado las intervenciones cognitivo-conductuales, la eficacia de la combinación de medicación y la Terapia Cognitivo-Conductual (TCC), y los predictores de la respuesta a la TCC. Los resultados de esta revisión muestran que la mayoría de las investigaciones sobre los tratamientos psicosociales para el trastorno de ansiedad social se han basado en la TCC y que diversos estudios de meta-análisis revelan que este tipo de tratamiento es eficaz en adultos. Por otra parte, indican que existen tratamientos farmacológicos eficaces y se dispone de intervenciones cognitivo-conductuales que también han demostrado su eficacia en niños y adolescentes.

COMENTARIO

La principal conclusión de este estudio es que disponemos de tratamientos psicológicos y farmacológicos eficaces para el trastorno de ansiedad social. Respecto a las intervenciones psicológicas, los datos obtenidos en las investigaciones realizadas revelan que los tratamientos cognitivo-conductuales son los que alcanzan las tasas de mejoría más elevadas. Dichos tratamientos han constado de sólo exposición, reestructuración cognitiva, reestructuración cognitiva más exposición, entrenamiento en habilidades sociales, o relajación aplicada. De todas ellas, la reestructuración cognitiva en combinación con la exposición es la que ha obtenido mejores resultados y, por tanto, se trata de la opción más recomendada. De los tratamientos farmacológicos, los ISRS (inhibidores selectivos de la recaptación de la serotonina) constituyen el tratamiento elección para el trastorno de ansiedad social, mientras que medicaciones altamente eficaces pero peor toleradas, como la fenelcina, se deben utilizar cuando otros tratamientos no han sido efectivos. Al comparar la TCC con el tratamiento farmacológico, los datos de esta revisión sugieren que el tratamiento farmacológico es más efectivo que las intervenciones cognitivo-conductuales en sus resultados a corto plazo pero que la TCC obtiene un mayor efecto en el mantenimiento de los logros.

A pesar de que la TCC ha demostrado ser eficaz en el tratamiento del trastorno de ansiedad social, muchos pacientes no alcanzan mejorías significativas al finalizar la intervención. Por ello, los autores de este artículo analizaron también diversos predictores de la respuesta al tratamiento confirmando el papel que desempeñan unas bajas expectativas de mejoría, el incumplimiento de las tareas entre sesiones y la comorbilidad con el trastorno de personalidad por evitación. Sin embargo, no pudieron constatar que la presencia de otros trastornos de ansiedad, depresión y/o trastornos por abuso de sustancias influyera en la tasa de mejoría.

El tratamiento combinado no es más eficaz que cada uno de los tratamientos por separado, sin embargo, podría servir para reducir la alta tasa de recaídas existente en la mayoría de los estudios con tratamientos farmacológicos.

Finalmente, respecto a la eficacia de la TCC en el tratamiento de niños y adolescentes con trastorno de ansiedad social, este estudio muestra que existen diversos paquetes de tratamiento que han obtenido mejorías significativas. Sin embargo, al igual que en los adultos, no se han podido determinar los componentes del tratamiento que contribuyen en mayor medida a los resultados positivos que se han observado.

