

Boletín de la SEAS

Sociedad Española para el Estudio de la Ansiedad y el Estrés

Marzo de 2006. Número 24



En caso de no poder hacer la entrega de este impreso,
por favor, devolver a:

Dr. Antonio Cano Vindel
Presidente de la S.E.A.S.
Facultad de Psicología. Buzón 23
Universidad Complutense de Madrid
Campus de Somosaguas
28223 Madrid

Boletín de la SEAS

Sociedad Española para el Estudio de la Ansiedad y el Estrés

Marzo de 2006. Número 24

Contenidos

Del Presidente de la SEAS.....	3
La actividad de las Comisiones.....	4
Cartas de las Comisiones	5
Artículo: La evaluación de los sesgos cognitivos en los trastornos de ansiedad	9
Reuniones científicas	27
Datos para la derivación de pacientes	29
Boletín de inscripción	30

Presidente de Honor: Dr. Juan José Miguel-Tobal

Presidente

Dr. Antonio Cano Vindel

Vocales

Fernando Aguado Seisdedos

José Manuel Hernández López

Marta Redondo Delgado

Juan Antonio Rodríguez López

Vicepresidente

Dr. Javier Pérez Pareja

DEL PRESIDENTE DE LA SEAS

El pasado 5 de noviembre la SEAS celebró su XII Reunión Anual en Ávila, a la que asistieron más de cien personas, que tuvieron la oportunidad de escuchar las ponencias de las diferentes comisiones de trabajo de la SEAS: "Emociones y Salud", "Ansiedad y Estrés en el Ámbito Educativo", "Estrés Laboral", "Técnicas de Reducción de Ansiedad", "Ansiedad y Estrés en las Adicciones", "Emociones y Psicofisiología", "Psicobiología, Farmacología y Neuropsicología", "Estrés Postraumático y Malos Tratos", y la más reciente, "Inteligencia Emocional". Un reencuentro con los amigos que trabajan en temas similares a los nuestros, una nueva ocasión de hacer nuevos amigos.

A finales de año recibimos el número doble de la revista "Ansiedad y Estrés", con más volumen que nunca, con un Consejo Editorial y Consejo de Redacción renovados, y con un buen índice de impacto entre las revistas españolas.

Está ya muy avanzado el primer número de este año, que saldrá a final del primer semestre, y para el segundo habrá un número monográfico doble sobre "inteligencia emocional".

Del 21 al 23 de septiembre del 2006 celebraremos nuestro VI Congreso Internacional de la SEAS, del que hemos hecho ya publicidad

enviando el tríptico por correo postal, además del servidor de información en Internet, que en el apartado de "Congresos" recoge toda la información sobre el mismo: conferencias, simposios, comunicaciones orales, póster, actos sociales, agencia de viajes, hotel, etc. Esperamos que puedas estar con todos nosotros disfrutando del fin del verano, en un congreso que sabe mezclar el trabajo y el relax, el interés científico y profesional, con el interés por las relaciones personales entre colegas.

Como en los anteriores congresos y reuniones todos los miembros de la SEAS nos esforzaremos por integrar a los recién llegados, para presentarles a las personas con las que pueden compartir más intereses, o para hacer que se sientan mejor acogidos.

Debemos recordar todos que hay que enviar ya los resúmenes de nuestras comunicaciones, para facilitar el trabajo de los compañeros de la organización. Hay de plazo hasta el día 10 de mayo, pero no debemos empeñarnos todos en hacerlo el último día. Es mejor para todos hacerlo antes, pues no colapsamos la organización, nos garantizamos mejor trato, se subsanan más fácil y rápidamente los errores o faltas, etc. Además, tendremos otro premio: los precios son más baratos, pues hay un precio especial por hacer la inscripción antes.

Todas las gestiones se pueden hacer a través del correo electrónico y la página web de la SEAS. En ella está toda la información, así como el Boletín de Inscripción al congreso.

LA ACTIVIDAD DE LAS COMISIONES

Desde esta sección los coordinadores de las comisiones nos informan de las actividades que llevan a cabo.

Hemos habilitado una nueva cuenta de correo electrónico para el congreso, cuya dirección es seas.cong@psi.ucm.es. Para quién necesite usar el teléfono, hemos ampliado las líneas, además del 913943111, hemos puesto dos números más 913943023 y 913943024, coordinados con el anterior. Todo ello para hacer más eficaz y amable tus gestiones con la secretaría de la sociedad y del congreso.

Recuerda que hay una secretaría del congreso y una agencia de viajes, que son independientes, y no debes mezclar pagos o gestiones entre ambas. Si no deseas hacer uso de la agencia de viajes, puedes reservar directamente en el hotel, a través de su página web, de manera más directa. Recuerda también llevarte bañador, que hay piscina en el hotel y playa a diez minutos. Pero recuerda ir al congreso bien dormido, que las noches de Benidorm son muy largas, pero se duerme poco. Y al día siguiente... no querrás perderte ni una conferencia, ni tu simposio preferido, ni el póster que te pondrá en contacto con los autores que buscas,... ni por supuesto tu propia charla o presentación.

En fin. Esperamos que lo disfrutes y que te resulte del máximo interés.

Un abrazo

Antonio Cano Vindel

Presidente de SEAS

La SEAS se ha definido siempre por su carácter dinámico; con este fin, desde sus comienzos se crearon distintas Comisiones de Trabajo que, desde la 1ª Reunión Anual de la Sociedad celebrada el 5 de noviembre de 1994 en Segovia, se han ido ampliando progresivamente tanto en número como en sus objetivos de actuación.

El objetivo de las Comisiones es reunir a todos aquellos interesados en ámbitos específicos dentro del amplio marco que supone el campo de la ansiedad y el estrés. Estas Comisiones tienen un carácter abierto y en ellas se han ido integrando una gran parte de los miembros de la Sociedad, fomentando así la relación personal y el contacto profesional con socios que trabajan en tareas afines. Así mismo se enfatizan la formación teórica y práctica a través de la difusión de los trabajos realizados por los propios socios de la Comisión.

Los participantes en las Comisiones se reúnen de forma periódica, marcando la fecha de la futura reunión entre los miembros que acuden a las mismas. Si tenéis interés en formar parte de alguno de los

proyectos ya en marcha, o por el contrario traéis ideas nuevas ponerlos en contacto con los Coordinadores.

CARTAS DE LAS COMISIONES

Cada seis meses los coordinadores de cada Comisión se dirigen a todos los miembros de la Seas a través de estas cartas.

COMISIÓN "EMOCIONES Y SALUD"

Coordinadora:
M^a Isabel Casado

Estimados miembros de la SEAS:

Como todos los años pares, este es un año de congreso para nuestra Sociedad. Por ello nuestra comisión está ya organizando los trabajos que los miembros de nuestra comisión se van a presentar en Septiembre en Benidorm. Espero que os estéis animando ya, y si no es así, espero que esta carta sirva para animaros, que ya es hora de quitarse el abrigo del invierno y pensar en la primavera y los nuevos proyectos.

A la recepción del boletín es posible que ya hayamos celebrado la reunión prevista para el mes de Marzo. En ella, en la misma línea que venimos siguiendo, se presentará un trabajo a

cargo de un miembro de la comisión y aprovecharemos para preparar la participación de nuestra comisión en el Congreso de Septiembre.

Deseo, no obstante, aprovechar la ocasión para dar oficialmente la bienvenida a los nuevos miembros de la comisión, e invitar a participar en nuestras actividades a todos aquellos que lo deseen. Nuestra comisión es muy versátil ya que integra tanto investigadores dentro del campo de las emociones y la salud, como colegas que se dedican de forma exclusiva a la práctica clínica. Esta mezcla enriquece la comisión y el intercambio de experiencias ente sus miembros.

Un fuerte abrazo.

M^a Isabel Casado Morales

COMISIÓN "PSICOBIOLOGÍA, FARMACOLOGÍA Y NEUROPSICOLOGÍA"

Coordinadora:

Itziar Iruarrizaga

Estimados Miembros de la SEAS:

Me dirijo a Vds. para convocarles a la siguiente reunión de nuestra Comisión el próximo jueves 1 de junio, a las 19:30 hrs., en la Facultad de Psicología de la Universidad Complutense de Madrid (punto de encuentro, despacho 1.120).

En esta reunión Vanessa Fernández presentará el trabajo titulado "Emociones, obesidad y trastornos cardiovasculares".

Así mismo, en esta próxima reunión programaremos nuestra participación en el VI Congreso Internacional de la SEAS. Nada más, animarles a participar en el Congreso y a que enviéis lo antes posible vuestros resúmenes e inscripciones.

Quedan pues convocados a la siguiente reunión, a la que les ruego confirmen su asistencia (Tlf.: 91 394 31 11 y e-mail: iciariru@psi.ucm.es). Tras la reunión, con objeto de seguir profundizando en el conocimiento científico de la garnacha, tendrá lugar una cena a la que ruego confirmen asistencia.

Que vaya un fuerte abrazo y una bonita primavera para todos Vds. en mi nombre y en el de todos los miembros de la Comisión.

Itziar Iruarrizaga

COMISION "ANSIEDAD Y ESTRÉS EN LAS ADICCIONES"

Coordinador:
Juan Antonio Rodríguez

Estimados colegas:

Es un placer nuevamente dirigirme a vosotros como coordinador de esta comisión, para indicaros las

actividades que estamos realizando. Como ya sabréis, tenemos una amplia fuente de documentación puesta a vuestra disposición sobre esta área, y que seguimos actualizando periódicamente.

El congreso de la sociedad a celebrar en septiembre próximo, centra buena parte de nuestro tiempo con el objetivo de preparar una mesa monográfica sobre las adicciones. En este sentido os animo a que si alguno de vosotros tenéis interés presentéis comunicaciones para el congreso.

Desde esta comisión reiteramos los objetivos propuestos:

- Formación y asesoramiento de los miembros de la SEAS en esta área.
- Planificación de proyectos de investigación y estudio relacionados con esta problemática.
- Elaboración de proyectos de prevención e intervención.

En estos momentos estamos centrados en varios temas específicos dentro de las adicciones: Programas de tratamiento para consumidores de cocaína, Cannabis y tratamiento de la adicción al sexo. Todas aquellas personas que quieran colaborar para profundizar y trabajar sobre estas áreas pueden ponerse en contacto conmigo.

Para finalizar deciros que se convocará una reunión de la comisión durante el mes de mayo. Todas aquellas personas interesadas en contactar conmigo podéis hacerlo en la

dirección y teléfono más abajo indicado.

Un saludo

Juan Antonio Rodríguez López

E-mail: jarodriguez@psi.ucm.es
Tfno: 913943110

COMISIÓN

“ANSIEDAD Y ESTRÉS EN EL ÁMBITO EDUCATIVO”

Coordinadores:

Fernando Aguado

J.Manuel Hernández

La actividad de la Comisión de Ansiedad y Estrés en el Ámbito Educativo ha discurrido en paralelo con otra de las Comisiones de la SEAS: La Comisión de Técnicas de Reducción de la Ansiedad. Ambas han seguido en la línea de profundización en aspectos formativos que permitan el enriquecimiento de los miembros de ambas Comisiones.

Desde el último Boletín se han celebrado dos seminarios en la Facultad de Psicología de la Universidad Autónoma de Madrid y en la Facultad de Psicología de la Universidad Complutense de Madrid. El primero de ellos, trató sobre las diferencias individuales en la impulsividad y en su afectación sobre la ejecución de pruebas de evaluación

de las aptitudes y la personalidad mientras que el segundo supuso una revisión actualizada del problema de la simulación de la respuesta en ámbitos jurídicos y clínicos.

Las Comisiones acordaron un calendario con los próximos seminarios que puede consultarse en la página Web de la SEAS. Como siempre os animamos a participar de forma activa (proponiendo temas que seguro serán de nuestro interés) o, como primer paso, a asistir a dichos seminarios.

Fernando Aguado
José Manuel Hernández

COMISIÓN

“ESTRÉS POSTRAUMÁTICO Y MALOS TRATOS”

Coordinadoras:

Victoria Noguero

Bárbara Tovar

Estimados miembros de la SEAS:

Nos resulta grato poder dirigirnos de nuevo a todos vosotros, para daros la bienvenida a aquellos que os incorporéis a nuestra Sociedad y saludar a todos aquellos colegas y colaboradores que ya hayan compartido con nosotros tiempo de tertulias, congresos y reuniones.

Nuestra Comisión lleva ya tiempo trabajando en la difusión y conocimiento del Trastorno de Estrés

Postrumático y Malos Tratos. Durante esta nueva etapa hemos podido ver trabajos interesantísimos en nuestras reuniones, como el presentado en la XII Reunión anual que tuvo lugar en Ávila durante el pasado mes de noviembre titulado “Expresión emocional de situaciones traumáticas”(Tovar, B).

El creciente interés que éstas líneas de trabajo están suscitando en la sociedad en general y en el ámbito de la psicología científica en particular, ha favorecido que cada vez haya un mayor número de profesionales especializados e interesados en el estudio del trauma y de los malos tratos.

Desde aquí, una vez más, os animo a que continuéis colaborando con nosotros aportándonos proyectos o líneas de investigación sobre las que estéis trabajando, o sobre las que estéis interesados. Os animo a que continuéis compartiendo con nosotros vuestros conocimientos, o simplemente regalándonos vuestra compañía e interés en éstos ámbitos de estudio que son comunes entre todos nuestros socios.

Sin más dilación, todos aquellos miembros que deseen conocer más a fondo nuestras actividades o que deseen participar activamente en nuestra comisión, podéis poneros en contacto conmigo en el e-mail abajo indicado.

Un fuerte abrazo a todos, y os espero ver pronto.

Bárbara Tovar Pérez
ges@recol.es

COMISIÓN “INTELIGENCIA EMOCIONAL”

Coordinadores:

Pablo Fernández Berrocal

J. Martín Salguero Noguera

Estimados miembros de la SEAS,

La XII reunión anual de la SEAS, celebrada en Ávila a principios de Noviembre del pasado año, sirvió como escenario para la presentación formal de esta nueva comisión y como lugar de encuentro e intercambio de ideas entre aquellos miembros interesados en formar parte de ella. En esta reunión, y bajo la presentación del trabajo “Inteligencia Emocional: el estado actual de la investigación”, se discutió acerca del panorama actual de la investigación sobre este campo y se esgrimieron las líneas de actuación que guiarán el trabajo de la comisión. Desde entonces, dichas actuaciones se han centrado principalmente en los siguientes objetivos:

Por una parte, la coordinación de una mesa monográfica que incluirá diferentes trabajos empíricos en el campo de la Inteligencia Emocional y que formará parte de las actividades del VI Congreso Internacional de la SEAS; en este sentido, animamos a todas las personas interesadas en participar de forma activa en esta mesa

a que envíen sus trabajos a la secretaría científica de la SEAS.

Por otra parte, la edición de un número doble monográfico sobre “Inteligencia Emocional” que será publicado en la revista *Ansiedad y Estrés* en el segundo semestre del presente año, y que recogerá un amplio conjunto de trabajos en torno a esta línea de investigación.

Por último, la creación de un calendario de actividades que permita el encuentro de los miembros de esta comisión así como la elaboración de acciones formativas y de investigación. Dicho calendario comenzará con una primera reunión en Benidorm, en el VI Congreso de la SEAS; esperamos hacerles llegar el día, lugar y hora en la que se tendrá lugar dicha reunión en los días previos al congreso o durante la celebración del mismo.

Desde aquí, esperamos vuestra participación en el congreso y animamos a todas las personas interesadas en formar parte de esta comisión a ponerse en contacto con nosotros bien a través de la secretaría de la SEAS o bien mediante la siguiente dirección de correo electrónico:

E-Mail: jmsalguero@correo.cop.es

(J. Martín Salguero Noguera)

Esperando vuestra participación, un saludo,

J. Martín Salguero Noguera

Pablo Fernández Berrocal

ARTÍCULO

LA EVALUACIÓN DE LOS SESGOS COGNITIVOS EN LOS TRASTORNOS DE ANSIEDAD

Juan Ramos Cejudo

Departamento de Psicología Básica II
(Procesos Cognitivos)

Universidad Complutense de Madrid.

1. Introducción

En los últimos años ha habido un interés creciente por el estudio de la valoración cognitiva como proceso determinante en la respuesta de ansiedad. La valoración parece ser un proceso automático y preatencional que no requiere procesamiento consciente de los estímulos que anteceden a la respuesta elicitada. Por ello, los modelos que explican los sesgos cognitivos en la respuesta de ansiedad, se centran principalmente en este proceso automático.

En general, es ampliamente aceptado que el patrón de respuestas fisiológicas, cognitivas y motoras asociadas al miedo y la ansiedad son adaptativas para favorecer la lucha o el escape de situaciones que requieren una rápida toma de decisiones ante los estímulos potencialmente amenazantes. Pero la experiencia

humana se halla repleta de agentes estresantes psicológicos que se sitúan separados por un abismo del mundo físico del hambre, las heridas, la pérdida de sangre o las temperaturas extremas. La respuesta de estrés se puede poner en marcha no sólo frente a una lesión física, sino también ante su expectativa (Sapolsky, 1995). Precisamente, ese carácter general de la respuesta hacia la amenaza nos explica por qué no solo se activará el sistema fisiológico, cognitivo y motor de la respuesta ante la presencia de desastres físicos, sino que se activará el triple sistema de respuesta, con el mero hecho de pensar en ellos.

2. Sesgos cognitivos en la respuesta de ansiedad

La ansiedad y la depresión están caracterizadas por presentar pensamientos automáticos negativos y diferentes distorsiones en las interpretaciones que los sujetos hacen de la realidad. Para algunos autores, los pensamientos negativos o las interpretaciones, emergen de la activación de creencias establecidas en los circuitos de la memoria a largo plazo, creando esquemas en las estructuras cerebrales de la memoria que contienen este tipo de información (Wells, 2000). Parece ser que estos esquemas disfuncionales que caracterizan los trastornos emocionales son más rígidos, inflexibles y concretos que los de los individuos normales (Beck, 1967).

Los trastornos emocionales y afectivos están caracterizados por la

presencia de sesgos cognitivos hacia la información con contenido negativo. Una de las raíces de estos sesgos puede ser la atención selectiva anormal, es decir, una tendencia excesiva a focalizar la atención en la información relevante negativa; y una gran variedad de estudios han demostrado estos sesgos de forma experimental.

Gran parte del debate sobre la naturaleza de los sesgos atencionales en los trastornos emocionales ha cristalizado alrededor del concepto de la “automaticidad”, cuyos criterios se pueden establecer según algunos autores de la siguiente forma:

- a. El inicio y el fin son involuntarios.
- b. Unos pocos medios atencionales se requieren para el procesamiento.
- c. El procesamiento es inaccesible a la conciencia.

Pero existen dificultades metodológicas para estudiar y demostrar la hipótesis de la automaticidad, y la evidencia empírica sugiere que los sesgos pueden ser predominantemente estratégicos, es decir, los sesgos en el control voluntario de la atención pueden ser conducidos por estrategias de afrontamiento (Matthews & Wells, 2000).

La teoría de los cuatro factores de ansiedad

La teoría de los cuatro factores de ansiedad fue propuesta por Eysenck

(1997) y Eysenck y Derakshan (1997). Fue diseñada en un principio para ofrecer una explicación teórica de la ansiedad como estado emocional. Su planteamiento teórico principal es que el nivel de ansiedad experimentada viene determinado por cuatro fuentes de información diferentes. La fuente de información más importante se basa en la valoración cognitiva de la situación. Las otras tres fuentes de información dependen más de la estimulación interna, y son: el nivel de actividad fisiológica, las conductas y las cogniciones basadas en la información proveniente de la memoria a largo plazo (p. ej., preocupaciones) del individuo (Eysenck y Derakshan, 1997). Es importante tener en cuenta que la clave de la ansiedad experimentada está en la forma en que la información es percibida e interpretada por el sujeto, más que la determinación objetiva de la misma.

Otra cuestión fundamental es que existen diferencias individuales significativas en el procesamiento cognitivo de estas cuatro fuentes de información. En el contexto de la ansiedad clínica son especialmente relevantes dos tipos de sesgo cognitivo: la atención selectiva y el sesgo interpretativo. La atención selectiva se define “como la tendencia a atender selectivamente más a la estimulación de tipo amenazante que la estimulación de tipo neutral; y el sesgo interpretativo se define como la tendencia a interpretar las situaciones ambiguas como amenazantes” (Eysenck y Derakshan, 1997, p. 125).

Otro aspecto relevante es que “el grado de influencia del procesamiento de los sesgos cognitivos del sujeto sobre el sistema emocional depende del estado de ansiedad previo. En concreto, los sesgos cognitivos se incrementan en la medida en que el estado de ansiedad aumenta; lo que lleva a un mecanismo de feedback positivo, ya que los sesgos cognitivos aumentan el estado de ansiedad que hace incrementar la influencia de los sesgos, que nuevamente incrementa el estado de ansiedad” (Eysenck y Derakshan, 1997, p. 125).

Por ello, según el Modelo de los cuatro factores de ansiedad, la ansiedad experimentada por un individuo dependerá de estas cuatro fuentes de información y de los sesgos cognitivos que se deriven de cada una de las fuentes. Cuatro trastornos de ansiedad básicos podrían derivar de este modelo: deberá haber pacientes que muestren sesgos atencionales e interpretativos en relación a su propia activación fisiológica; otro grupo de pacientes que mostrarán los mismos sesgos en relación a sus propias conductas; un tercer grupo de pacientes cuyos sesgos fuesen aplicados a sus propias cogniciones o pensamientos y un cuarto grupo con pacientes cuyos sesgos se aplicarían directamente a la estimulación ambiental. Según Eysenck (1997), aquellos pacientes que muestran sesgos cognitivos sobre su propia actividad fisiológica y sensaciones corporales, presentan trastorno de pánico sin agorafobia, aquellos pacientes que muestran sesgos cognitivos principalmente sobre sus

propias acciones y conductas, presentan fobia social; los pacientes que muestran sesgos cognitivos centrados en sus propias cogniciones presentan trastorno obsesivo-compulsivo, y finalmente, los sujetos que muestran sesgos cognitivos sobre la valoración cognitiva de determinada estimulación ambiental presentarían fobia específica. En cuanto al trastorno de ansiedad generalizada, podemos decir, que según el modelo de Eysenck, existe una clara relación entre dicho trastorno y el rasgo de ansiedad. Ya Eysenck (1992) planteó que los sujetos normales con alto grado de ansiedad, presentaban un factor de vulnerabilidad cognitiva al trastorno de ansiedad generalizada, presentando un patrón de sesgos muy similar.

De modo que parece quedar clara la existencia de, básicamente, tres tipos de sesgos cognitivos asociados a la respuesta de ansiedad, que veremos de forma más detallada a continuación:

a) Sesgos atencionales

El fenómeno de selectividad o sesgo atencional consiste en atender preferiblemente a los estímulos indicadores de peligro potencial, frente a los de carácter emocional neutro, cuando ambos son presentados simultáneamente (Calvo y García González, 1999). En general, la mayoría de los estudios indican que las personas con rasgo alto de ansiedad atienden preferentemente a las palabras relacionadas semánticamente con peligros (Bradley, Mogg, White,

Groom y De Bono, 1999; MacLeod y Mathews, 1988; Mogg, Kentish y Bradley, 1993; Mogg, Mathews, Bird y MacGregor-Morris, 1990; Richards y Millwood, 1989).

Eysenck, MacLeod & Mathews (1987) realizaron el primer estudio basado en los sesgos atencionales en individuos altamente ansiosos. Utilizando el paradigma de “escucha dicótica” obteniendo correlaciones altamente significativas con el rasgo de ansiedad. Estos resultados han sido replicados por un gran número de estudios. MacLeod y Mathews (1988), utilizando una analogía visual de la tarea auditiva usada por Eysenck et al. (1987) encontraron que los estudiantes altos y bajos en rasgo de ansiedad no tuvieron sesgos atencionales selectivos hacia las palabras relevantes de estrés inducido por un examen. Estos efectos fueron significativos una semana antes del examen. Los altos en rasgo de ansiedad, mostraron sesgos atencionales hacia palabras amenazantes relacionadas con el examen (una revisión al respecto puede verse en Eysenck, 1997).

Los sesgos atencionales en la detección de peligros potenciales han sido considerados la característica principal de los trastornos de ansiedad, de modo que se ha considerado como función de la ansiedad, la detección de peligro en ambientes potencialmente hostiles (Eysenck, 1992; Mogg y Bradley, 1998).

b) Sesgos interpretativos.

Los estímulos o las diferentes situaciones a las que nos exponemos,

son ambiguos en el sentido en que podemos asignarles más de un significado distinto. Así, un mismo estímulo, por ejemplo un ruido nocturno, una mancha en la piel, o exponer un tema en público, pueden ser interpretados de modo amenazante o no. El sesgo interpretativo consiste en asignar a este tipo de estímulos preferentemente el significado amenazante. En general, se ha encontrado que los sujetos con alto rasgo de ansiedad generan la interpretación amenazante de los estímulos ambiguos con mayor probabilidad que las personas con rasgo bajo de ansiedad (Calvo y García González, 1999).

Diversos estudios han demostrado la presencia de sesgos interpretativos en los sujetos con alto rasgo de ansiedad. Calvo y Eysenck (1998) investigaron los sesgos interpretativos en un estudio en el cual, oraciones ambiguas fueron seguidas por palabras que tenían que nombrar lo más rápidamente posible. Solo los sujetos con alto nivel de rasgo de ansiedad mostraban significativamente una latencia más lenta de respuesta, mostrando de tal modo interpretaciones amenazantes de situaciones ambiguas. Eysenck, MacLeod y Mathews (1987) observaron también que una importante diferencia entre los sujetos altos y los bajos en rasgo de ansiedad residía en la interpretación de los estímulos ambiguos de las diferentes situaciones. Más en concreto, los sujetos con alto rasgo de ansiedad mostraban sesgos interpretativos de

situaciones ambiguas al percibir las como amenazantes.

c) Sesgos de memoria.

El sesgo de memoria consiste en recordar de modo preferente información emocional negativa previamente presentada, en comparación con información neutra. Las medidas de ansiedad y depresión usualmente correlacionan de forma positiva con la presencia de esta clase de sesgos cognitivos, de ahí se deriva la dificultad de encontrar medidas no contaminadas.

Los sesgos de memoria negativos para el recuerdo de palabras con contenido amenazante en sujetos con altos niveles de "neuroticismo", fue puesto de manifiesto en investigaciones de los años 80 (una revisión puede verse en Eysenck, 1997).

Son numerosos los estudios destinados a la investigación de este sesgo en sujetos con depresión; sin embargo son menos los estudios que han tenido en cuenta este sesgo en la ansiedad; y en estos, raramente se han encontrado evidencias del mismo (Calvo y García González, 1999). Aún así, las investigaciones han puesto el énfasis en evaluar este tipo de sesgos para la memoria explícita y no tanto para la memoria implícita.

Se ha encontrado, por ejemplo, que los sujetos fóbicos sociales muestran ciertos sesgos de memoria hacia la información amenazante relacionada con situaciones sociales

potencialmente ansiógenas (Eysenck, 1999).

3. La relevancia de la valoración inicial en los procesos emocionales

Uno de los cambios más relevantes en el estudio del estrés en los últimos años, ha sido el pasar de poner el acento en los aspectos objetivos de las situaciones que lo provocan, a centrarse en los procesos evaluativos del sujeto ante estas mismas situaciones. De modo que en la actualidad, se considera un papel muy relevante al proceso de detectar, percibir, y dotar de significado a los estímulos o situaciones potencialmente estresantes; es decir, por qué hay situaciones o estímulos que pueden ser considerados ante diferentes personas, o incluso por la misma persona pero en diferentes momentos, o bien como potencialmente inocuos o por el contrario como muy peligrosos (Edo y Fernández Castro, 1998).

De entre todos los procesos de valoración cognitiva, parece que los candidatos más serios para explicar la apreciación primaria en las situaciones de estrés son los procesos de detección y evaluación más rápidos y automáticos, frente a los de carácter intencional y consciente más estratégicos (Edo y Fernández Castro, 1998).

Ya el propio Öhman (1993) reafirmó que no es el propio estímulo quien suscita las respuestas emocionales sino que lo que es eficaz, es el resultado de su procesamiento. Según éste, para que un estímulo sea identificado como una amenaza debe

entrar en contacto con información relevante, organizada en la memoria, que lo relacione con experiencias similares previas, pero el acceso a esta información es totalmente automático y no precisa procesamiento consciente (Edo y Fernández Castro, 1998).

Se han hallado incluso, respuestas fóbicas a serpientes ante estímulos enmascarados no percibidos conscientemente.

El sustrato neurobiológico del miedo:

Las bases nerviosas del procesamiento de la emoción, y en particular del miedo o la ansiedad, han sido objeto de estudio en los últimos años, contando con numerosos trabajos publicados. Estos trabajos investigan las vías nerviosas implicadas en el procesamiento de la información visual y acústica para establecer el fundamento neurológico del miedo, que esos estímulos provocan cuando han estado asociados, por condicionamiento clásico, a un estímulo aversivo (LeDoux, 1994).

Tradicionalmente, el estudio sobre las vías nerviosas que subyacen a la emoción ha considerado la existencia de **la vía cortical**, que se activa cuando los órganos sensoriales captan una situación amenazante. De tal modo que se transmitiría la información al tálamo, donde se realizaría un procesamiento rápido y rudo de dicha estimulación, seguidamente, el tálamo conectará con el neocórtex donde se desarrollará el procesamiento consciente, que interpretará y dotará de significación

emocional a la señal externa. Esta información emocional, pasará del neocórtex al sistema límbico, el cual, a su vez, activará las vías eferentes que darán lugar a las respuestas adecuadas. Sin embargo, parece estar cada vez más claro que, ante situaciones altamente amenazantes, junto a la activación de esta vía, también se dispara simultáneamente una **segunda vía subcortical** que permite reaccionar en un tiempo muy inferior al que se precisa para completar la vía cortical (Edo y Fernández Castro, 1998). Esta segunda vía subcortical, permite, ante una situación amenazante, prescindir de la elaboración cognitiva del neocórtex y pasar directamente la información del tálamo a la amígdala (LeDoux, 1994). Permite esto que la amígdala desarrolle en cuestión de pocos milisegundos un plan de acción-alerta que dará lugar al origen de la emoción, desencadenando una rápida respuesta antes de que intervengan estructuras corticales de más fino y lento procesamiento. Es éste, un tipo de procesamiento automático que permite identificar la situación y decidir el grado de amenaza que representa para nosotros y nuestra adaptación al medio. Es decir, ante la percepción de amenaza inminente la amígdala no se “entretiene” buscando una confirmación racional de la gravedad de tal percepción, sino que activa las respuestas biológicas y conductuales del estrés (Edo y Fernández Castro, 1998).

Algunos de estos mecanismos tienen claramente sustratos neurológicos y están presumiblemente determinados genéticamente (una

revisión puede verse en Matthews & Wells, 2000).

En términos de LeDoux (1994), fracasar en la respuesta ante el peligro resulta bastante peor que desencadenar una respuesta desproporcionada ante un estímulo intrascendente; y una vez finalizada esta primera reacción, las estructuras corticales aportarán una información más refinada sobre la percepción de la amenaza.

Recientes estudios han utilizado medidas de resonancia magnética cerebral funcional (fMRI) para observar las regiones cerebrales implicadas o que modulan el procesamiento emocional durante distintas tareas cognitivas y ante diferentes estímulos. Los resultados se caracterizan por una activación del sistema límbico (amígdala, ínsula, tálamo) y del lóbulo temporal con activación del córtex prefrontal ventral. Los resultados indican que la actividad cerebral durante el procesamiento del contenido emocional es dependiente del tipo de los estímulos y de la tarea de procesamiento (Keightley, Winocur, Graham, Mayberg, Hevenor, & Grady, 2003).

4. La evaluación de los sesgos cognitivos en la respuesta de ansiedad: evidencia experimental

Distintos han sido los métodos de evaluación de los sesgos cognitivos en la respuesta de ansiedad, utilizados en la literatura científica hasta el momento. Encontramos, por lo general, una serie de métodos más frecuentemente utilizados para la

evaluación de cada tipo de sesgo: para el sesgo atencional, para el sesgo interpretativo y para el sesgo de memoria. Aun así, encontramos que los sesgos atencionales y los interpretativos han sido ampliamente estudiados y no tanto los sesgos de memoria en la respuesta de ansiedad. Según Eysenck (1997), el sesgo interpretativo tendrá una gran importancia en la terapia de los pacientes con trastornos de ansiedad, y de hecho, la existencia de un sesgo atencional con respecto a determinada estimulación requiere que exista previamente un sesgo interpretativo con respecto a dicha estimulación; así que en términos terapéuticos, la eliminación del sesgo interpretativo conlleva la eliminación del sesgo atencional para aquellos estímulos implicados en los mismos.

4.1. ¿Cómo evaluar el sesgo atencional?

Distintas tareas han sido utilizadas para la evaluación del sesgo atencional en los trastornos de ansiedad. Una de las técnicas usadas en Psicofisiología Cognitiva para el estudio de los procesos automáticos es presentar los estímulos durante un periodo de tiempo tan corto que se impida su procesamiento completo, por lo tanto, las respuestas periféricas, ya sean somáticas o vegetativas serán el producto de éste procesamiento inicial (Edo y Fernández Castro, 1998).

Hay distintas formas de estudio y evaluación de los procesos automáticos: tareas computerizadas de presentación de estímulos, las

relacionadas con la actividad del sistema nervioso central, como la actividad electroencefalográfica (EEG), la cartografía cerebral basada en el registro de potenciales evocados (BEAM), la tomografía por emisión de positrones (PET), la resonancia magnética funcional basada en los niveles de oxígeno de la sangre en el cerebro (fMRI) y los potenciales evocados por estímulos (ERP). De éstas, la tarea de Stroop emocional, en su versión computerizada y en el formato de tarjetas con el “enmascaramiento retroactivo”, y los potenciales evocados por estímulos han sido las más ampliamente utilizadas en la literatura revisada.

La evaluación mediante tareas de Stroop emocional:

Una gran variedad de estudios han demostrado la existencia de los sesgos atencionales experimentalmente usando la **Tarea de Stroop Emocional**, la cual requiere que el sujeto nombre los colores de las palabras con contenido emocional o amenazante (Matthews y Wells, 2000). Normalmente, los sujetos con rasgo alto de ansiedad son lentos en nombrar el color de las palabras congruentes con su trastorno. Además, los pacientes con trastorno de ansiedad generalizada son lentos al nombrar el color de las palabras amenazantes, los sujetos depresivos son lentos en nombrar las palabras emocionalmente negativas y los veteranos de la Guerra de Vietnam con estrés postraumático son lentos en nombrar el color de las palabras negativas relacionadas con el

combate, (ver una revisión al respecto en Matthews & Wells, 2000).

En la tarea, el sujeto tiene que nombrar el color de la palabra procurando olvidar su contenido semántico. El sesgo atencional se mide por el incremento en el tiempo para nombrar las palabras de peligro, en comparación con las neutras. Un enlentecimiento en la respuesta indicaría que los sujetos están atendiendo al contenido de la palabra, lo cual les interfiere en el nombrado del color (Calvo y García González, 1999).

Numerosos estudios experimentales han demostrado que los sujetos con trastornos de ansiedad presentan un incremento en las latencias de respuesta al nombrar el color de las palabras específicas de ansiedad en comparación con las palabras neutras (Bar-Haim, Lamy y Glickman, 2005; Calvo, Averó, Castillo y Miguel-Tobal, 2004; Fox, 1993; Grant y Beck, 2005; Kindt, Bierman y Brosschot, 1997; Lang y Sarmiento, 2004; Lim y Kim, 2005; Mathews, Mackintosh y Fulcher, 1997; Mathews y MacLeod, 1985; Mogg, Bradley, et al, 2000; Mogg, Mathews, Bird y MacGregor, 1991).

La interferencia mostrada en el nombre del color en tareas de Stroop emocional ha sido atribuida a un mecanismo involuntario, pero esta asunción parece estar equivocada por la gran variedad de mecanismos que interfieren en el rendimiento de una tarea de este tipo. Gran parte del debate sobre la naturaleza de los sesgos atencionales rodea al concepto

de “automaticidad”, ampliamente discutido. Los dos paradigmas que hacen fuerte la evidencia de la “automaticidad” son: La Tarea de Stroop Subliminal y los Test de Memoria Implícita que detallaremos en el apartado de los sesgos de memoria. Para la eliminación del sesgo que conlleva la tarea de Stroop, hay autores que plantean una versión de la anterior: La Tarea de Stroop con el procedimiento de Enmascaramiento Retroactivo o “backward pattern masking”, que consiste en presentar la palabra estímulo en el centro de la pantalla del ordenador durante un breve periodo de tiempo y rápidamente enmascarar el estímulo; y el formato Stroop de tarjetas.

Los resultados indican que el formato de tarjetas parece más sensible a la hora de evidenciar el sesgo atencional ante la información amenazante, ya que el formato computerizado fracasa a la hora de mostrar dicho sesgo (Quero, Baños y Botella, 2001).

La evaluación mediante tareas de detección visual:

Otra de las tareas utilizadas en laboratorio para detectar y mostrar los sesgos atencionales ha sido la llamada **Tarea de Detección Visual o “Dot Probe Task”**. En este caso, dos estímulos, uno amenazante y otro neutro, son mostrados brevemente en cada prueba y son seguidas inmediatamente de un pequeño punto localizado en el mismo lugar que ocupaba el estímulo anterior. Los participantes deben responder lo más

rápidamente posible. Los estudios revisados muestran que los individuos ansiosos son rápidos en responder a la prueba ante estímulos amenazantes, mientras que este patrón no es observado en los sujetos no ansiosos (MacLeod, Rutherford, Campbell, Ebsworthy y Holker, 2002; Mathews, Mackintosh, y Fulcher, 1997).

Dentro de este tipo de tareas podemos incluir las investigaciones en sesgos cognitivos realizadas mediante la presentación de expresiones faciales con contenido emocional y neutro. La tarea consiste en presentar en una pantalla de ordenador, conjuntos de imágenes y el sujeto tiene que decir lo más rápido posible, si hay una imagen diferente o no, mientras el tiempo de respuesta es registrado. Los estímulos utilizados pueden ser animales de diferentes categorías o rostros esquemáticos faciales humanos. En general, cuando la imagen es amenazante, la detección es más rápida (Esteves, 2004).

En su versión de “**enmascaramiento retroactivo**”, para impedir la percepción consciente de los estímulos, Esteves, Parra, Dimberg y Öhman (1994) han comprobado la posibilidad de condicionar respuestas a expresiones faciales a un nivel no-consciente. Consiste en presentar un estímulo muy breve (30 mseg) inmediatamente seguido por otro estímulo (la máscara). Los sujetos no ven el primero y apenas tienen la percepción consciente del segundo (expresión neutra). Así, los sujetos presentan respuestas electrodermales más frecuentes e intensas al estímulo

condicionado enmascarado que al estímulo de control (Esteves et al., 1994).

Según Öhman (1993), y en la dirección en la que venimos explicando, existe un seguimiento continuo de lo que pasa alrededor de nosotros. Cuando ocurre algo crítico, como una amenaza en potencia, se dirige la atención a ese estímulo y se da prioridad al procesamiento de esa información. Antes de un análisis completo, existe una dirección automática de los recursos para ese estímulo.

La evaluación mediante potenciales evocados:

En otro plano, pero siguiendo la evaluación de los sesgos atencionales, encontramos una gran variedad de estudios en la literatura revisada que utiliza los potenciales evocados por estímulos (ERP) para la evaluación de estos sesgos.

Los potenciales evocados parecen ser unos buenos índices del procesamiento inicial y rápido de los estímulos potencialmente licitadores de la respuesta de estrés. Recientemente, se han realizado varios experimentos sobre la evaluación emocional mediante los ERP. Este método permite diferenciar entre procesamiento emocional y cognitivo, y además, las asimetrías hemisféricas en los ERP están relacionadas con el valor atribuido por la evaluación al estímulo (Bar-Haim, Lamy y Glickman, 2005; Edo y Fernández Castro, 1998).

Los potenciales evocados son cambios en la actividad eléctrica cerebral, concretamente, diferenciales de potencial eléctrico que se pueden registrar mediante electrodos situados en la superficie del cuero cabelludo, y que son generados en respuesta a estímulos concretos.

Dentro del estudio de las emociones, se ha podido observar que el procesamiento inicial de la información emocional se compone de dos tipos de elaboración, una predominantemente emocional y otra predominantemente cognitiva. Parece ser que durante el primer segundo de procesamiento, estos dos componentes operan en serie y no en paralelo; puesto que en los primeros milisegundos del procesamiento se ubica la elaboración emocional y posteriormente, se realiza el procesamiento cognitivo. También se ha constatado que estos dos tipos de procesamiento inicial se producen en diferentes zonas cerebrales (Edo y Fernández Castro, 1998). Para analizar los resultados, los autores dividen el periodo de registro en tres segmentos: 250-400 mseg., 400-700 mseg. y 700-1000 mseg.

Los ERP resultantes del primer segmento varían en función de la valencia del significado emocional del estímulo. En el siguiente periodo empieza a resultar la valencia cognitiva del estímulo; y en el fragmento final del registro es donde se ve más claramente la influencia de la tarea cognitiva.

Parece ser que los primeros 400 mseg. del registro de los ERP

responden a la magnitud del valor emocional otorgado al estímulo, mientras que la actividad cerebral en los siguientes 600 mseg. respondería a la evolución del procesamiento cognitivo (Edo y Fernández Castro, 1998).

A modo de resumen, la revisión de la literatura existente muestra que los ERP detectan índices que confirman la presencia de sesgos en la vigilancia de los sujetos ansiosos (Bar-Haim, Lamy y Glickman, 2005; Carretie, Mercado, Hinojosa, Martín-Loeches y Sotillo, 2004; Purtois, Grandjean, Sander, y Vuilleumier, 2004).

Estos datos apoyan la idea y modelo que hemos seguido hasta el momento de la doble vía del procesamiento emocional descrito por LeDoux (1994).

4.2. ¿Cómo evaluar el sesgo interpretativo?

A menudo, los estímulos que nos rodean, son ambiguos, en el sentido de que podemos asignarlos más de un significado. Así, por ejemplo, un mismo estímulo, por ejemplo una mancha en la piel, puede ser interpretado de modo amenazante o no. El sesgo de priorización interpretativa, según Gutiérrez Calvo et al., (1999), consiste en asignar a este tipo de estímulos preferentemente el significado amenazante (Calvo y Cano-Vindel, 1997).

La tarea más utilizada consiste en leer la palabra o la frase ambigua y a continuación, procesar una palabra resolutoria que representa el

significado amenazante o el neutro, midiéndose el tiempo que el sujeto tarda en procesar esta palabra. La existencia de sesgo interpretativo viene indicada por una facilitación en el procesamiento de la palabra resolutoria de amenaza frente a la neutra (Calvo y García González, 1999). En general, las personas con rasgo alto de ansiedad generan la interpretación amenazante de los estímulos ambiguos con mayor probabilidad que las personas con rasgo bajo de ansiedad.

La evaluación mediante autoinforme:

De acuerdo con el modelo de Eysenck (1997), probablemente el sesgo cognitivo más importante que se muestra en trastornos como la fobia social, es el sesgo interpretativo sobre su propia conducta (Eysenck, 1999). En tareas como hablar en público mientras los sujetos son filmados, las valoraciones de los individuos con alto grado de ansiedad sobre sus niveles de ansiedad motora y fisiológica fueron significativamente más altas que las valoraciones por jueces ajenos, lo cual aporta una clara evidencia con respecto al sesgo interpretativo de su propio comportamiento. Se ha observado un patrón claro de sesgo interpretativo debido a que la predicción de sus propios resultados está considerablemente por debajo de los resultados obtenidos finalmente (Eysenck y Derakshan, 1997).

Rapee y Lim (1992); Stopa y Clark (1993); y Alden y Wallace (1995) encontraron que las valoraciones de observadores externos

del comportamiento de los fóbicos sociales y controles mientras hablaban en público no diferían, sin embargo los fóbicos sociales valoraron su conducta más negativamente que lo que lo hicieron los controles. Por tanto, el sesgo interpretativo en términos de autovaloraciones negativas fue significativamente mayor en los fóbicos sociales que en los sujetos normales (ver un revisión en Eysenck, et al., 1997).

Uno de los pocos instrumentos de evaluación de los sesgos cognitivos en los trastornos de ansiedad encontrado en la literatura científica revisada es el "Subjective Probability Questionnaire" desarrollado por Butler y Mathews (1987). La mitad de los ítems del cuestionario se refieren a eventos positivos y la otra mitad a eventos negativos; la mitad se refieren a uno mismo y la otra mitad se refieren a la ejecución de otras personas. Treinta y dos de los ítems se refieren a situaciones de examen y los dieciséis ítems restantes mezclan situaciones o sucesos sociales (Eysenck y Derakshan, 1997).

La evaluación mediante técnicas biológicas:

La noción de que los pacientes con trastorno de pánico presentan sesgos interpretativos hacia su propia actividad fisiológica se ha investigado utilizando técnicas o estrategias biológicas, como la infusión de lactato o la inhalación de una mezcla de dióxido de carbono y oxígeno. Estas técnicas producen un incremento sustancial de la actividad fisiológica

de los individuos. El resultado habitual es que los sujetos con pánico experimentan un ataque de pánico o diversos síntomas que lo recuerdan, mientras que el grupo control no suele hacerlo (Eysenck y Derakshan, 1997).

4.3.¿Cómo evaluar el sesgo de memoria?

Se han realizado diferentes estudios basados en los sesgos de memoria en los sujetos con rasgo alto de ansiedad. El problema se ha situado en que las medidas de ansiedad y depresión correlacionan usualmente de forma elevada y sabemos de la existencia de sesgos de memoria congruentes con el estado de ánimo asociados a la depresión. Son numerosos los estudios destinados a la investigación de este sesgo en relación con la inducción de estados de ánimo como la depresión; sin embargo son menos los estudios que han tenido en cuenta el efecto de la ansiedad. En éstos, raramente se han encontrado evidencias de sesgo de memoria, o bien se ha comprobado que el efecto era atribuible al componente de depresión presente en la ansiedad (Bradley, Mogg, Millar, & White, 1995 y Calvo y García González, 1999).

El sesgo de memoria existente para el recuerdo de palabras amenazantes con contenido negativo por altos niveles de “neuroticismo” fue avalado por primera vez por Young y Martin (1981), ver una revisión al respecto en Eysenck (1997); pero en la actualidad, y en palabras de Gutiérrez Calvo et al. (1999, p. 234), “en

contraste con lo que sucede en los sesgos atencional e interpretativo, la ansiedad no induce normalmente un recuerdo selectivo de información emocional negativa”.

Las tareas de evaluación de los sesgos de memoria en los trastornos de ansiedad se dividen en dos tipos:

-Memoria explícita: Tareas de recuerdo libre.

-Memoria implícita: Tareas de identificación de palabras mediante taquistoscopia.

Para otros autores, la noción de que los pacientes con fobia social pueden tener sesgos de memoria, favoreciendo la retención de palabras amenazantes, ha sido demostrado en distintos estudios (Eysenck, 1999). El foco de estos estudios se ha centrado en la memoria explícita, reconociendo información presentada previamente.

Si analizamos algunas de las investigaciones llevadas a cabo, Rapee, McCallum, Melville, Ravenscraft y Rodney (1994) encontraron que los fóbicos sociales no mostraban sesgos de memoria hacia palabras amenazantes con contenido físico y social, en tareas de recuerdo libre.

En otro estudio, Cloitre, Cancienne, Heimberg, Holt y Liebowitz (1995), estudiaron los sesgos de memoria para palabras amenazantes de contenido social en fóbicos usando tareas de recuerdo libre y no encontraron evidencia de este sesgo.

Uno de los estudios más recientes encontrados en la revisión de la literatura indica que los pacientes con pánico mostraron sesgos de memoria hacia palabras negativas, utilizando tareas de memoria explícita (tarea de recuerdo libre) y no se encontraron sesgos para la memoria implícita (Lim y Kim, 2005).

Eysenck (1999) ha establecido, a la luz de las recientes investigaciones, que los fóbicos sociales pueden mostrar sesgos de memoria para distintos tipos de información amenazante de tipo social que vienen determinados en parte por la situación. Los sesgos de memoria pueden incrementar el nivel de ansiedad de los fóbicos sociales en cuanto a su anticipación de amenaza. No obstante, no queda claro que los sesgos de memoria formen parte relevante de dicho trastorno.

5. Implicaciones terapéuticas en los trastornos de ansiedad

En los últimos años de progreso y eficacia en el campo de la terapia cognitivo-conductual, hemos sido testigos del auge de las técnicas cognitivas implicadas en el tratamiento de los trastornos emocionales, y en particular, de los trastornos de ansiedad. Con todo, la evidencia experimental sugiere que el enfoque cognitivo ha sido más exitoso para unos trastornos que para otros. En particular, el tratamiento del trastorno de pánico se ha visto especialmente beneficiado de tal aporte cognitivo en sus tratamientos. Una razón importante es que la terapia cognitiva

se centra en el síntoma central del trastorno de pánico, a saber, las interpretaciones catastrofistas de las sensaciones corporales del paciente. De acuerdo con la teoría de los cuatro factores, los pacientes con este tipo de problemática interpretan sus sensaciones corporales como incontrolables, causándoles una ansiedad extrema (Eysenck y Derakshan, 1997).

Por ello, siguiendo el modelo de los cuatro factores de ansiedad de Eysenck (1997), los síntomas clave de los pacientes más ansiosos están basados en los sesgos cognitivos relacionados con una u otra fuente de información que determinan la experiencia de ansiedad. De ahí que la terapia se centre en la modificación cognitiva de dichos sesgos (de atención, de interpretación y de memoria) y la aplicación de otras técnicas, enmarcadas en el conjunto de un paquete terapéutico.

El mayor progreso se ha realizado en relación al trastorno de pánico, la fobia social y el trastorno obsesivo-compulsivo (Eysenck et al., 1997).

En la tabla 1 quedan resumidas las direcciones de la terapia cognitiva para estos trastornos (ver tabla 1).

6. Conclusiones

A lo largo del presente trabajo hemos delimitado el estudio de los sesgos atencionales, interpretativos y de memoria, presentes en los trastornos de ansiedad, entendiendo la ansiedad desde una perspectiva adaptativa y en un continuo entre la

Tabla 1

TRASTORNO	ENFOQUE COGNITIVO
Trastorno de Pánico	Tratar la incontrolabilidad percibida de las interpretaciones catastrofistas causada por las sensaciones corporales.
Fobia Social	Reducir o eliminar el sesgo interpretativo erróneo hacia la ejecución de su comportamiento. Demostrar que la interpretación de su comportamiento en situaciones sociales es más negativa que la que realizaría un observador independiente.
Trastorno obsesivo-compulsivo	Reducir o eliminar el sesgo interpretativo e incontrolabilidad percibida de sus propios pensamientos.

respuesta normal y los estados patológicos de la misma. Como cualquier respuesta emocional, la enmarcamos en los modelos integradores del triple sistema de respuesta, haciendo alusión a los componentes cognitivos, fisiológicos y motores o conductuales de su respuesta. Pero hemos hecho especial énfasis en el procesamiento de la información cognitiva de tal respuesta emocional, un procesamiento cognitivo que nos induce a enmarcarnos en un modelo en particular para el estudio de los sesgos de procesamiento que aparecen en estos trastornos.

Hemos mostrado que la teoría de los cuatro factores de ansiedad elaborada por Eysenck (1997), puede ayudar a la comprensión y la

explicación de los principales trastornos de ansiedad, en términos de sesgos cognitivos aplicados a las distintas fuentes de información que determinan el nivel de ansiedad experimentada.

Encontramos distintas formas o metodologías para la evaluación de los distintos sesgos cognitivos en condiciones experimentales, lo cual nos ayuda a seguir investigando en esa dirección, en el sentido de comparar y/o replicar los datos encontrados en la revisión practicada de la literatura existente en el campo científico actual.

A la luz de los resultados encontrados tras la revisión en la evaluación de los sesgos cognitivos para la respuesta de ansiedad, podemos concluir lo siguiente:

La teoría cognitiva de los cuatro factores de ansiedad proporciona una explicación general para los principales trastornos de ansiedad, atendiendo a su estructura cognitiva que mantiene y explica el curso del mismo. Pero existen otros trastornos de ansiedad, como el trastorno por estrés postraumático, que no han sido explicados por esta teoría hasta el momento.

Los sesgos atencionales e interpretativos parecen más consistentes en la literatura científica que los sesgos de memoria para este tipo de trastornos. Encontramos una mayor proliferación de artículos y trabajos relacionados con los primeros que con los segundos. Por ello resaltamos la necesidad de llevar a cabo la exploración experimental de los sesgos menos estudiados, en particular los sesgos de memoria con tareas implícitas y explícitas, y la concreción de su desarrollo en la respuesta inicial hacia la amenaza en distintos tipos de pacientes. Se han encontrado dificultades en el estudio de este sesgo por la correlación de síntomas entre depresión y ansiedad y las variables que, a este respecto, puedan contaminar los diseños experimentales aplicados. Deberían seleccionarse tareas e instrumentos de evaluación más finos y específicos para ambos constructos. De no encontrar claridad o convencimiento en la existencia de dichos sesgos de memoria, estaríamos en posición de poner en cuestión modelos explicativos de la ansiedad basados en los esquemas cognitivos de memoria.

Por ello, en el futuro, es necesario realizar estudios más detallados y considerar nuevas implicaciones en este marco teórico cognitivo en el ámbito de los trastornos de ansiedad. Con ello, proponemos la creación, el diseño y la aplicación de más medidas de autoinforme para el estudio de los sesgos cognitivos. Una primera aproximación en el sentido citado es el Inventario de Actividad Cognitiva en los Trastornos de Ansiedad, IACTA, sobre el que se está trabajando en nuestro departamento; por el momento, en una fase más experimental que aplicada. Se abre el camino hacia la explicación de cada uno de los sesgos de forma más detallada y precisa con el objetivo de concretar, explicar y predecir la presencia de la actividad cognitiva en la respuesta individual hacia la amenaza.

Referencias bibliográficas

- Bar-Haim, Y., Lamy, D., & Glickman, S. (2005). Attentional bias in anxiety: A behavioral and ERP study. *Brain and Cognition*, 59(1), 11-22.
- Beck, A.T. (1967). *Depression: Causes and Treatment*. Philadelphia, PA: University of Pennsylvania Press.
- Bradley, B. P., Mogg, K., Millar, N., & White, J. (1995). Selective Processing of Negative Information: Effects of Clinical Anxiety, Concurrent Depression, and Awareness. *Journal of Abnormal Psychology*, 104(3), 532-536.

- Bradley, B. P., Mogg, K., White, J., Groom, C., & de Bono, J. (1999). Attentional bias for emotional faces in generalized anxiety disorder. *Br J Clin Psychol*, 38 (Pt 3), 267-278.
- Butler, G. & Mathews, A. (1987). Anticipatory anxiety and risk perception. *Cognitive Therapy and Research*, 11, 551-565.
- Calvo, M. G., Averó, P., Castillo, M. D. y Miguel Tobal, J. J. (2003). Multidimensional Anxiety and Content-specificity Effects in Preferential Processing of Threat. *European Psychologist*, 8(4), 252-265.
- Calvo, M. G. y Cano Vindel, A. (1997). The nature of trait anxiety: Cognitive and biological vulnerability. *European Psychologist*, 2(4), 301-312.
- Calvo, M. G., & Eysenck, M. W. (1998). Cognitive bias to internal sources of information in anxiety. *International Journal of Psychology*, 33(4), 287-299.
- Calvo, M. y García, M.D. (1999). Procesos cognitivos y ansiedad en situaciones de evaluación. *Ansiedad y Estrés*, 5(2-3), 229-245.
- Carretie, L., Mercado, F., Hinojosa, J.A., Martín-Loeches, M., y Sotillo, M. (2004). Valence-related vigilance biases in anxiety studied through event-related potentials. *Journal of Affective Disorders*, 78(2), 119-130.
- Cloitre, M., Cancienne, J., Heimberg, R.G., Holt, C.S., & Liebowitz, M.R. (1995). Memory bias does not generalize across anxiety disorders. *Behaviour and Research Therapy*, 15, 305-307.
- Edo, S. y Fernández Castro, J. (1998). El estudio de los procesos evaluativos iniciales del estrés mediante potenciales evocados. *Ansiedad y Estrés*, 4(2-3), 299-309.
- Esteves, F. (1999). Sesgos en el procesamiento de expresiones faciales emocionales. *Ansiedad y Estrés*, 5(2-3), 217-227.
- Esteves, F. (2004). *Sesgos atencionales en la detección de estímulos amenazantes*. Comunicación presentada al V Congreso Internacional de la Sociedad Española para el Estudio de la Ansiedad y el Estrés. Benidorm, 16-18 de septiembre.
- Esteves, F., Parra, C., Dimberg, U., y Öhman, A. (1994). Nonconscious associative learning: Pavlovian conditioning of skin conductance responses to masked fear-relevant facial stimuli. *Psychophysiology*, 31, 375-385.
- Eysenck, M.W. (1997). *Anxiety and Cognition: A Unified Theory*. London. Psychology Press.
- Eysenck, M.W. (1992). *Anxiety: The Cognitive Perspective*. London. Lawrence Erlbaum Associates Ltd.
- Eysenck, M.W. (1999). Cognitive biases in social phobia. *Ansiedad y Estrés*, 5(2-3), 275-284.

- Eysenck, M.W. & Derakshan, N. (1997). Cognitive biases for the future negative events as a function of trait anxiety and social desirability. *Personality and Individual Differences*, 22(5), 597-605.
- Eysenck, M.W. y Derakshan, N. (1997). Un Marco Teórico Cognitivo Para los Trastornos de Ansiedad. *Ansiedad y Estrés*, 3(2-3), 121-134.
- Eysenck, M.W., MacLeod, C., y Mathews, A. (1987). Cognitive functioning and anxiety. *Psychological Research*, 49, 189-195.
- Fox, E. (1993). Attentional bias in anxiety: Selective or not? *Behaviour Research and Therapy*, 31(5), 487-493.
- Grant, D.M. & Beck, J.G. (2005). Attentional biases in social anxiety and dysphoria: Does comorbidity make a difference?. *Journal of Anxiety Disorders*, 12, enviado para publicación.
- Keightley, M.L., Winocur, G., Graham, S.J., Mayberg, H.S., Hevenor, S.J. y Grady, C.L. (2003). An fMRI study investigating cognitive modulation of brain regions associated with emotional processing of visual stimuli. *Neuropsychologia*, 41(5), 585-596.
- Lang, A. J., & Sarmiento, J. (2004). Relationship of attentional bias to anxiety sensitivity and panic. *Depress Anxiety*, 20(4), 190-194.
- LeDoux, J. (1994). Emoción, memoria y cerebro. *Investigación y Ciencia*, agosto, 38-45.
- Lim, S.L. & Kim, J.H. (2005). Cognitive processing of emotional information in depression, panic, and somatoform disorder. *Journal of Abnormal Psychology*, 114(1), 50-61.
- MacLeod, C. y Mathews, A. (1988). Anxiety and the allocation of attention to threat. *Quarterly Journal of Experimental Psychology*, 40A, 653-670.
- MacLeod, C., Rutherford, E., Campbell, L., Ebsworthy, G., y Holker, L. (2002). Selective attention and emotional vulnerability: assessing the causal basis of their association through the experimental manipulation of attentional bias. *Journal of Abnormal Psychology*, 111(1), 107-123.
- Mathews, A., Mackintosh, B. & Fulcher, E. (1997). Cognitive biases in anxiety and attention to threat. *Journal of Abnormal Psychology*, 340-345.
- Mathews, A., y MacLeod, C. (1985). Selective processing of threat cues in anxiety states. *Behaviour Research and Therapy*, 23, 563-569.
- Mathews, G. & Wells, A. (2000). Attention, Automaticity, and Affective Disorder. *Behaviour Modification*, 24(1), 69-93.

Mogg, K., Kentish, J. y Bradley, B. (1993). Effects of anxiety and awareness on colour-identification latencies for emotional words. *Behaviour Research and Therapy*, 31, 559-567.

Mogg, K., Mathews, A., Bird, C., y Macgregor-Morris, R. (1990). Effects of stress and anxiety on the processing of threat stimuli. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59, 1230-1237.

Öhman, A. (1993). Stimulus prepotency and fear learning: Data and Theory. En N. Birbaumer y A. Ohman (Eds), *The structure of emotion* (pp. 3-17). Toronto: Hogrefe y Huber Publishers.

Pourtois, G., Grandjean, D., Sander, D., y Vuilleumier, P. (2004). Electrophysiological correlates of rapid spatial orienting towards fearful faces. *Cerebro y Córtex*, 14(6), 619-633.

Quero, S., Banos, R. M., & Botella, C. (2001). Cognitive biases in panic disorder: A comparison between computerised and card Stroop task. *Psychology in Spain*, 5(1), 26-32.

Rapee, R.M., McCalum, S.L., Melville, L.F., Ravenscroft, H., & Rodney, J.M. (1994). Memory bias in social phobia. *Behaviour and Research Therapy*, 32, 89-99.

Richards, A. y Millwood, B. (1989). Colour-identification of differentially valenced words in anxiety. *Cognition and Emotion*, 3, 171-176.

Sapolsky, R.M. (1995). *¿Por qué las cebras no tienen úlcera?: la guía del estrés*. Alianza editorial.

Wells, A. (2000). *Emotional Disorders & Metacognition: Innovative Cognitive Therapy*. London. Wiley.

Enviar la correspondencia a:

Juan Ramos Cejudo

Email: juan-ramos@mixmail.com

Departamento de Psicología Básica II
Universidad Complutense de Madrid
Campus de Somosaguas
28223 Madrid

REUNIONES CIENTÍFICAS

VI Congreso Internacional de la Sociedad Española para el Estudio de la Ansiedad y el Estrés (SEAS)

Lugar: Benidorm (España)

Fecha: 21 al 23 de Septiembre de 2006

Organización: SEAS

Información:

Email: seas.cong@psi.ucm.es

<http://www.ucm.es/info/seas/Congreso/6>

Teléfono: (34) 91 394 31 11

(34) 91 394 30 23

(34) 91 394 30 24

Fax (34) 91 394 31 89

27th Stress and Anxiety Research Society Conference

Lugar: Creta (Grecia)

Fecha: 13 al 15 de Julio de 2006

Organización: STAR

Información:

Teléfono: +0030 210 7499 300

Fax: +0030 210 7705 752

Email: congress@triaenatours.gr

<http://www.triaenatours.gr>

26th International Congress of Applied Psychology

Lugar: Atenas (Grecia)

Fecha: 16 al 21 de Julio de 2006

Organización: International

Association of Applied Psychology

Información:

Email: icap2006@psych.uoa.gr

[http://www.erasmus.gr/congresses/](http://www.erasmus.gr/congresses/ICAP2006/)

ICAP2006/

SI TIENE USTED CONSULTA Y DESEA QUE LE
REMITAMOS PACIENTES, POR FAVOR ENVÍENOS
LOS SIGUIENTES DATOS

(sólo para miembros de la SEAS)

Nombre: _____

Apellidos: _____

Denominación y domicilio del

Centro: _____

Teléfono: _____

Fax: _____

E-Mail: _____

Horario de atención: _____

Especialidades:

Adultos () Adolescentes () Niños ()

Áreas de intervención:

*** Adjuntar Currículum

BOLETÍN DE INSCRIPCIÓN EN LA S.E.A.S.

EJEMPLAR PARA ENVIAR A:

Sociedad Española para el Estudio
de la Ansiedad y el Estrés (SEAS)
Facultad de Psicología. Buzón 23
Universidad Complutense de Madrid
Campus de Somosaguas. 28223 Madrid



Nombre y apellidos:.....

N.I.F.....Calle/Plaza:.....C.P.:.....

Ciudad:.....Provincia:.....

Tlfs.:.....Fax:.....

E-Mail:.....

La cuota anual es de 75 Euros.

CUPÓN DE DOMICILIACIÓN BANCARIA

Titular de la cuenta:.....

Banco o Caja de ahorros:..... Agencia n°:.....

Domicilio:.....C.P.:.....

Ciudad:.....Provincia:.....

Fecha (para banco):

Firma (indispensable):

Muy Sres. Míos:

Les ruego que a partir de la presente, y hasta nuevo aviso, adeuden en mi
c.c./libreta antes citada los recibos de

D./D^a.....

presentados por la Sociedad Española para el Estudio de la Ansiedad y el
Estrés (S.E.A.S.)

Libreta o c.c. n°: _____
clave entidad oficina D.C. n° de cuenta

TARJETA VISA

Tarjeta n° : _____

Fecha de caducidad (final de: mes y año): ____/____

**Los Socios de la S.E.A.S. reciben gratuitamente
y sin cargo alguno la revista *Ansiedad y Estrés***



Sociedad Española para el Estudio de la Ansiedad y el Estrés

(SEAS)

Facultad de Psicología. Buzón 23.
Universidad Complutense de Madrid
Campus de Somosaguas
28223 Madrid

Tel.: 91-394 31 11

Tel.: 91-394 30 23

Tel.: 91-394 30 24

Fax: 91-394 31 89

E.Mail: seas@psi.ucm.es

<http://www.ucm.es/info/seas>

Depósito Legal: M-40524-1998
