

**El tratamiento de los trastornos de ansiedad a las puertas del siglo XXI** (pp. 173-215)

Vicente E. Caballo<sup>1</sup> y Pedro M. Mateos Vílchez<sup>2</sup>

<sup>1</sup>*Universidad de Granada;* <sup>2</sup>*Universidad de Málaga (España)*

Los trastornos de ansiedad constituyen una amplia categoría de problemas psicológicos que se encuentran sólidamente representados en la cuarta edición del Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales (DSM-IV) (APA, 1994) y que tienen una elevada prevalencia en la población general. Las intervenciones cognitivo-conductuales han sido procedimientos de una alta eficacia a la hora de tratar los trastornos de ansiedad, comprendiendo un importante conjunto de técnicas específicas. El presente artículo aborda las últimas investigaciones sobre el tratamiento de los diferentes trastornos de ansiedad, como la fobia específica, la fobia social, el trastorno de pánico, el trastorno obsesivo-compulsivo, el trastorno por estrés postraumático y el trastorno por ansiedad generalizada. Se expone una revisión general de los tratamientos cognitivo-conductuales y fisiológicos utilizados hoy día para los trastornos anteriores y se ofrecen algunas directrices para la mejora futura para el aumento de la eficacia de estos tipos de tratamiento.