

Eficacia de los tratamientos psicológicos para la fobia social: un estudio metaanalítico
(pp. 39-59)

F. Javier Méndez Carrillo, Julio Sánchez Meca y Pedro J. Moreno Gil
Universidad de Murcia (España)

En este artículo presentamos los resultados de una revisión metaanalítica sobre la eficacia de los tratamientos psicológicos para la fobia social. La búsqueda bibliográfica arrojó un total de 48 estudios que cumplían los criterios de selección. El tamaño del efecto medio (ponderado por la inversa de la varianza) fue $d+ = 0,724$ en el posttest y $d+ = 0,902$ en el seguimiento. Estos resultados nos permiten afirmar, en términos generales, que estos tratamientos para la fobia social son claramente eficaces. Sin embargo, la prueba de homogeneidad no resultó estadísticamente significativa, por lo que podemos asumir que es homogénea la eficacia de las técnicas de exposición, las técnicas de reestructuración cognitiva y el entrenamiento en habilidades sociales. Este hecho cuestiona los principios psicológicos que subyacen a la eficacia de dichos tratamientos. Se propone una explicación basada en la exposición a los estímulos sociales temidos.