

**Tratamientos psicológicos bien establecidos y de elevada eficacia: terapia de conducta para las fobias específicas** (pp. 481-502)

Mireia Orgilés, Ana I. Rosa, Isabel Santacruz, Xavier Méndez, José Olivares  
y Julio Sánchez-Meca  
*Universidad de Murcia (España)*

Se realizó un metaanálisis sobre la eficacia del tratamiento psicológico para las fobias específicas de niños y adolescentes. Se localizaron 14 informes científicos, entre 1960 y 2002, que originaron 42 estudios independientes. Participaron 662 niños y adolescentes, de 3 a 17 años, con edad media de 8 años y duración media del trastorno de 3,6 años. El tratamiento psicológico para las fobias específicas fue altamente eficaz ( $d+ = 0,97$ ), manteniéndose la mejoría en el seguimiento ( $d+ = 1,21$ ). Los procedimientos eficaces coincidieron con los más utilizados y fueron modelado ( $d+ = 1,99$ ), usado principalmente en muestras subclínicas con fobias animales, exposición ( $d+ = 1,21$ ), empleada más con muestras clínicas y mayor gama de fobias (animales, ambientales, dentales, etc.), y programas combinados ( $d+ = 1,47$ ), aplicados a muestras de ambos tipos que presentaban sobre todo fobia a la oscuridad. La respuesta al tratamiento fue mejor en los más jóvenes, en el género femenino, en fobias animales, en casos sin problemas asociados y en fobias de aparición reciente. Se discuten las implicaciones clínicas de estos hallazgos.