

Ansiedad generalizada, ansiedad por separación y fobia escolar: el predominio de la terapia cognitivo-conductual (pp. 503-521)

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

Se presentan los resultados de un metaanálisis sobre la eficacia del tratamiento para la ansiedad generalizada, ansiedad por separación, y fobia/rechazo escolar, de niños y adolescentes. Se analizaron 10 informes científicos, del período 1980-2002, que cumplieron los criterios de selección, originando 25 estudios independientes. Participaron 743 niños y adolescentes, de 5 a 17 años, con edad media de 11 años, y una proporción de género de 3 chicas por 2 chicos. El tratamiento, de diez semanas de duración media, alcanzó una eficacia global media-alta en el postest ($d+ = 0,78$) y alta en un seguimiento medio de diez meses ($d+ = 1,06$). Excepto un estudio, se aplicó siempre terapia cognitivo-conductual, sola o en combinación con intervención familiar o imipramina, resultando altamente eficaz ($d+ = 0,87$). Los componentes de los programas se mostraron muy eficaces, destacando el manejo de contingencias ($d+ = 1,53$), la relajación ($d+ = 1,29$), la exposición ($d+ = 1,27$), y las autoinstrucciones ($d+ = 1,07$). Se discuten las implicaciones clínicas de estos hallazgos.