

TEMA 4- TEORÍAS SOBRE LOS TRASTORNOS DE ANSIEDAD.

1.- INTRODUCCIÓN

- ☞ Inicialmente, los actuales trastornos de ansiedad, se incluyeron en un conjunto de alteraciones psicopatológicas etiquetadas bajo el término de neurosis.
- ☞ Con la aparición de FREUD, las neurosis se identifican definitivamente como trastornos producidos por causas psicológicas.
- ☞ Diferencia las neurosis de ansiedad y las neurosis fóbicas, de otro tipo de trastornos no relacionados con la ansiedad.
- ☞ A partir de su modelo estructural ("ello" "yo" y "superyo"), explica la naturaleza y la etiología de la ansiedad: "La ansiedad es una "señal de peligro" procedente de los impulsos reprimidos del individuo".
- ☞ Etapas sobre la formación de la ansiedad neurótica:
 - El individuo trata de materializar los impulsos sexuales agresivos en forma de conductas (sexual y agresiva).
 - Estas conductas pueden ser castigadas, generándose en el sujeto miedo (ansiedad objetiva).
 - Posteriormente, el individuo puede experimentar esa ansiedad objetiva, a partir de señales internas asociadas a la conducta.
 - Reprime las señales internas.
 - La represión nunca es completa. Quedan fragmentos del material reprimido o representaciones simbólicas.
 - Estos fragmentos elicitán la ansiedad neurótica.
- ☞ A partir de los años 50, aparecen las teorías de aprendizaje: basadas en el condicionamiento clásico y/o operante y en la asunción de que la ansiedad es una respuesta aprendida de naturaleza anticipatoria.
- ☞ Estas teorías mejoran con las innovaciones de la teoría de la preparación (de las fobias) y la teoría de la incubación.
- ☞ Posteriormente, elevado interés por el papel que juegan los procesos cognitivos.
- ☞ Existen enfoques del tipo biológico.

2.- TEORIAS DE APRENDIZAJE

2.1.- CONDICIONAMIENTO CLÁSICO: MODELO DE WATSON Y RAYNER

- ☞ Cualquier situación o estímulo (principio de "equipotencialidad") inicialmente neutro (EC) puede adquirir la propiedad de elicitar respuestas de miedo (RC) por su asociación con estímulos nocivos traumáticos (EI).
- ☞ La ansiedad es entendida como una respuesta emocional condicionada.

2.1.1.- Características principales del modelo:

- ☞ La repetición de la asociación entre los EC y los EI incrementará la fuerza de la RC de miedo.
- ☞ Las reacciones de miedo fóbico se favorecen cuando la intensidad de miedo inducido por los EI es elevada.
- ☞ Otros estímulos neutros similares a los EC pueden elicitar reacciones de miedo (mayores a mayor semejanza con los EC).

2.1.2.- Críticas a esta teoría:

- ☞ No cualquier estímulo puede ser asociado (condicionado) a respuestas de ansiedad
⇒ No aparece el principio de equipotencialidad.
- ☞ El carácter traumático de la situación de condicionamiento no es imprescindible y no todas las experiencias traumáticas llevan a condicionamiento de miedo (La "frustración por falta de recompensa puede desempeñar, en algunos casos, un papel más relevante que el propio dolor físico en la génesis de las fobias).
- ☞ Este modelo no explica la no-extinción de la respuesta condicionada de miedo en ausencia de reforzamiento (Sin embargo, las respuestas fóbicas no sólo se extinguen cuando no son reforzadas, sino que a veces incluso pueden incrementarse).

2.2.- CONDICIONAMIENTO CLÁSICO Y OPERANTE: MODELO BIFACTORIAL MEDIACIONAL (Mowrer)

- ☞ Se apoya en el paradigma de la evitación activa.
- ☞ Es una teoría de los 2 factores porque implica tanto al CC como al CO.
 - Fase inicial: Mediante procedimiento de condicionamiento clásico se establece una respuesta condicionada de miedo (adquiere propiedades de impulso secundario, capaz de motivar una respuesta de escape).
 - Segunda fase: Implica un proceso de evitación activa, el sujeto aprende a escapar de la exposición al estímulo EC (no a evitar un castigo (EI)), que le avisa de la proximidad de un evento aversivo.

A la respuesta de escape al EC, le sigue la reducción del miedo, por lo que la respuesta de evitación/escape queda reforzada negativamente.

2.2.1.- Aportaciones de la teoría:

- ☞ Establecer que la ansiedad posee propiedades de drive, y por tanto, propiedades motivacionales.
- ☞ Aporta una explicación al fenómeno de la paradoja neurótica: Existe protección contra la extinción de las RCs clásicas debido a la conducta de evitación que impide que el individuo sea expuesto a presentaciones sucesivas del EC.

2.2.2.- Principales objeciones presentadas a este modelo:

- ☞ Observación en el laboratorio de resistencia a la extinción de respuestas de evitación en ausencia de miedo (según el modelo, la extinción de miedo debería acompañarse de extinción de la evitación).
- ☞ Existencia de miedo en ausencia de respuestas de evitación del EI (al mantenerse el miedo también deberían mantenerse respuestas de evitación).
- ☞ Analogía entre el componente de evitación (conductas adaptativas que no implican conflicto con la conducta de aproximación) y la conducta fóbica (respuestas desadaptativas que implican conflicto con la conducta de aproximación).

2.3.- ALTERNATIVAS TEÓRICAS AL MODELO BIFACTORIAL

2.3.1.- Alternativas operantes no mediacionales:

- ☞ Prescinde del componente pavloviano del miedo (CC) y se centra en los procesos de Condicionamiento operante.
- ☞ Teoría de la señal de seguridad: La conducta de evitación se produce bajo condiciones de reforzamiento positivo (no reforzamiento negativo: reducción de la ansiedad). El sujeto se aproxima a los estímulos que señalan seguridad (no shock) ⇒ La evitación actuaría como reforzador positivo.
- ☞ Se basa en la conducta de aproximación-relajación: cada evitación del shock aversivo, es seguida por un estado de relajación y una aproximación al área de no shock.
- ☞ Críticas:
 - Al suprimirse el concepto de miedo, se asume una concepción global sobre la conducta de evitación, que no siempre es relevante para las fobias.
 - No explica adecuadamente la resistencia a la extinción de la evitación, ya que el hecho de aparear el EC con el no shock, produce extinción de la respuesta de evitación (debería ser irrelevante puesto que también es irrelevante que el EC evoque o no miedo).
- ☞ Teoría del estímulo discriminativo: El EC, en lugar de señalar peligro, se trata de un estímulo discriminativo. El sujeto aprende a discriminar estímulos, más que a evitar los EC aversivos.

2.3.2.- Alternativas operantes mediacionales

- ☞ Se trata de propuestas teóricas, más o menos fieles a los principios básicos de Mowrer: Las respuestas de miedo condicionadas clásicamente, actúan como mediadoras de la conducta de evitación.
- ☞ Solomon y Wayne: Nueva versión del modelo bifactorial basada en dos principios, que tratan de explicar la resistencia a la extinción de la conducta de evitación y la posible disociación (asincronía) entre las respuestas clásicas y operantes:
 - Principio de conservación de la ansiedad: Las latencias cortas de las respuestas de evitación, previenen que se produzcan reacciones autónomas de ansiedad al EC, con lo cual, se conservan éstas reacciones y no se extinguen.

- Principio de irreversibilidad parcial: En los casos de reacciones muy intensas de miedo, las respuestas condicionadas clásicamente son difíciles de extinguir completamente.

☞ Rescorla y Solomon: Consideran el miedo como un estado central del organismo: las respuestas condicionadas periféricas (autónomas) no median necesariamente las respuestas de evitación (sólo ocasionalmente aparecen asociadas a ella) ⇒ La disociación entre las reacciones periféricas (Ecs) y la evitación, no atentaría contra la hipótesis mediacional bifactorial.

Dejan sin explicar por qué no se extingue el miedo en condiciones de no refuerzo.

☞ Levis: versión moderna del modelo bifactorial mediacional. Parte del principio básico de Mowrer de que el miedo motiva las conductas de evitación, siendo éstas reforzadas negativamente, pero, incorporan además el concepto de complejidad y serialidad del EC: Las respuestas de miedo pueden ser elicitadas por el EC, incluso cuando éste se presenta muy brevemente. Además, el principio de conservación de la ansiedad es entendido según Ecs complejos y ordenados serialmente.

Queda sin explicar el fortalecimiento de la ansiedad o "incremento paradójico".

2.3.3.- Influencias operantes sobre las respuestas autónomas

☞ Kimmel, ofrece una interpretación sobre la adquisición y paradoja de la ansiedad en términos inversos: influencia directa de las respuestas operantes sobre las respuestas autónomas de la ansiedad.

☞ Los aspectos centrales de este modelo son:

- Existe una fase inicial de condicionamiento pavloviano donde el individuo es sometido a pruebas de un ensayo, interviniendo diversos EC y EI.
- Los EC son fundamentalmente EC compuestos. Sobre la base de este principio, se forman conjuntos de EC ("Comunalidades" de EC) con capacidad para elicitare reacciones autónomas condicionadas.
- Si la probabilidad de que se produzcan respuestas emocionales condicionadas tras la presencia de algún EC es elevada, y si la probabilidad de que se produzcan eventos traumáticos (EI) es baja, el sujeto, ante la no ocurrencia del EI, se encuentra de facto en una situación de evitación instrumental.
- La respuesta autónoma condicionada será reforzada negativamente de manera mágica; es decir, el individuo tratará de crear las condiciones que favorezcan esta forma de reforzamiento.

☞ Semejanza con Mowrer:

- Existe una primera fase de condicionamiento pavloviano (CC) y una segunda de condicionamiento instrumental (CO).
- Se produce una situación de reforzamiento negativo.

☞ Diferencia con Mowrer:

- Lo fundamental es la evitación del EI (no del EC): El refuerzo se produce porque el sujeto evita la aparición del evento traumático.

3.- TEORÍA DE LA PREPARACIÓN (Seligman)

3.1.- CONCEPTO DE PREPARACIÓN

- ☞ El organismo está preparado (filogenéticamente, a través del proceso evolutivo), para asociar ciertos estímulos con relativa facilidad y otros con relativa dificultad.
- ☞ Seligman, propuso inicialmente la teoría de la preparación en relación con el aprendizaje general y, posteriormente, la aplicó a los trastornos fóbicos.
- ☞ La teoría de la preparación surgió como reacción a la premisa de equipotencialidad (cualquier estímulo condicionado o incondicionado puede asociarse de forma semejante).

Trabajos sobre condicionamiento aversivo en ratas (García): Las ratas están "preparadas" para asociar el sabor con la enfermedad y "contrapreparadas" para asociar sabores con descargas eléctricas.

- ☞ El significado que posee la preparación es de tipo biológico–evolutivo (ventajas adaptativas).
- ☞ Seligman definió la dimensión de preparación estableciendo un continuo teórico: dependiendo de las características específicas de los eventos asociativos, el organismo puede estar "preparado" (viene dado por las respuestas instintivas), "no preparado" o "contrapreparado".
- ☞ Según Seligman el número de veces que es necesario aparear el EC y el EI para que se produzca el condicionamiento es una medida operacional para establecer el continuo de preparación.

3.2.- PREPARACIÓN Y FOBIAS

☞ Para Seligman las fobias poseen 4 propiedades:

- Selectividad: Las fobias no son arbitrarias sino que están limitadas a un determinado rango de estímulos, que se relacionan con peligros especiales que fueron importantes durante la evolución de la especie.
- Fácil adquisición: Las fobias pueden adquirirse con un solo ensayo y sin necesidad de estímulos traumáticos.
- Resistencia a la extinción: Las fobias no suelen extinguirse, aun cuando el sujeto se encuentre ante una situación teórica de extinción de condicionamiento pavloviano.
- Irracionalidad: Desproporción entre el peligro real del estímulo y sus respuestas de ansiedad.

☞ Las fobias son instancias de aprendizaje preparado: se constituyen por asociaciones primitivas y no cognitivas, que no son fácilmente modificables por los argumentos lógicos (irracional) y que, poseen un significado biológico-evolutivo: Ciertos estímulos (arañas, serpientes) se han convertido en objetos potencialmente fóbicos porque, en el curso de la evolución, los individuos que se condicionaban fácilmente ante éstos estímulos, sobrevivieron y se adaptaron más eficazmente.

☞ Estas 4 propiedades básicas de las fobias, son explicables mediante la teoría de la preparación, que consiste en una revisión del modelo de condicionamiento de la ansiedad orientada biológicamente ⇒ El individuo tiene una capacidad innata para aprender reacciones fóbicas.

☞ Crítica: No establece predicciones diferenciales para los distintos tipos de fobias.

☞ Öhman amplía la teoría incluyendo el concepto de que los "sistemas conductuales" correspondientes a distintos tipos de fobias, pueden tener orígenes evolutivos diferentes:

- Miedos no comunicativos: Fobias a las alturas y a los espacios cerrados.
- Miedos comunicativos: Fobias a los animales y fobias sociales.
- Miedos interespecíficos: Fobias a los animales.
- Miedos intraespecíficos: Fobias sociales.

3.2.1.- Diferenciación entre fobias animales y fobias sociales

FOBIAS ANIMALES	FOBIAS SOCIALES
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Origen en un sistema conductual de defensa a los depredadores. ▪ Obedecen a estímulos puntuales. ▪ Controladas por procesos automáticos, no reflexivos ▪ Sistema de respuestas de evitación-escape. ▪ Estrecha relación con activación autónoma 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Relacionados con comportamiento agresivos intragrupo activados por un sistema de dominancia-sumisión. ▪ Obedecen a estímulos más difusos. ▪ Controladas por procesamientos menos automático y más reflexivo. ▪ No patrones de evitación-escape. ▪ No relación tan estricta con A. Autónoma

☞ Esta diferenciación permite a la teoría de la preparación, explicar algunas diferencias sobre la edad de comienzo de las fobias:

- Fobias a los animales: edad de comienzo temprana: en torno a los 7 años.
- Fobias sociales: durante la adolescencia (el sistema dominancia-sumisión es particularmente sensible durante la adolescencia y juventud).
- Agorafobia: Etapas adultas. ¿Es una forma madura de la ansiedad de separación? ⇒ En ese caso sería factible asumir la infancia y la edad adulta como edades de riesgo para el trastorno de ansiedad de separación y agorafobia, sobre la base de la hipótesis de preparación.

3.3.- ESTUDIOS EXPERIMENTALES

☞ Öhman, en la Universidad de Upsala, llevó a cabo estudios experimentales con seres humanos, centrados en el condicionamiento pavloviano aversivo a estímulos potencialmente fóbicos (fóbio-relevantes) (diapositivas de arañas o serpientes o de caras humanas amenazantes).

☞ Paradigma típico: Se aplicaba un condicionamiento diferencial donde:

- Un EC (diapositiva de araña) era seguido por una descarga eléctrica (EI).
- Otro EC igualmente relevante (diapositiva de serpiente) no era seguido del EI.

- Las respuestas diferenciales a los estímulos fóbico relevantes (EC+ y EC-) eran comparadas con las respuestas diferenciales a los estímulos neutros (no fóbicos-relevantes) (diapositivas de flores o setas).

📄 Resultados:

- Superior resistencia a la extinción de las respuestas autónomas condicionadas a estímulos potencialmente fóbicos, en comparación con las respuestas condicionadas a estímulos neutrales. También apoya el principio de selectividad.
- Resultados semejantes utilizando una fase de adquisición con un solo ensayo: Fácil adquisición.
- Las respuestas condicionadas a estímulos fóbico-relevantes, no eran abolidas a pesar de informar a los sujetos sobre la no emisión de los EIs durante la fase de extinción ⇒ Hipótesis de la irracionalidad.

📄 Un aspecto de la preparación que no ha sido suficientemente aclarado: El concepto de belongingness (Asociación particular entre un EC y un EI).

3.4.- ALTERNATIVAS AL CONCEPTO DE PREPARACIÓN

📄 Bennet–Levy y Marteau: Sugieren que los mecanismos intervinientes en los miedos vienen determinados por el principio de discrepancia (discrepancia de la forma humana). Sin embargo, el hecho de haberse obtenido efectos fóbico-relevantes mediante Ecs consistentes en caras humanas amenazantes, contradice ésta hipótesis.

📄 Maltzman y Boid: Refieren que los efectos fóbico-relevantes obtenidos, podrían deberse más a la significación de los estímulos que al miedo asociado a éstos. Sin embargo, si la significación es medida a partir de la respuesta de orientación, los datos resultan inconsistentes.

📄 El concepto de "prepotencia" como alternativo al de preparación. Sin embargo, no es alternativo sino complementario.

📄 Bandura: Los efectos fóbico-relevantes pueden deberse a un aprendizaje a través de la experiencia (asociación ontogenética). Sin embargo, existe una superior resistencia a la extinción con estímulos filogenéticamente relevantes que con estímulos de miedo relevantes ontogenéticamente.

- ☞ Davey: Considera que ciertas fobias y miedos comunes a los animales, reflejan un proceso de evitación de la enfermedad, más que un proceso de defensa a los depredadores.

Sugiere una relación entre el asco y los miedos a los animales comunes.

Presenta evidencias a favor de que la sensibilidad al asco y la contaminación, correlacionan con el miedo a animales considerados fóbico-relevantes pero inofensivos (ratas, cucarachas), mientras que no correlacionan con el miedo a animales depredadores (tigres, tiburones).

4.- INCUBACIÓN DE LA ANSIEDAD (Eysenck)

Tercer gran modelo de condicionamiento de la ansiedad.

- ☞ La teoría de la preparación, aunque explica la génesis y el mantenimiento de las fobias, no aporta mecanismos explicativos.

- ☞ La teoría de la incubación, pretende mejorar los mecanismos explicativos sobre el condicionamiento de la ansiedad.

Se centra en el concepto de la "ley de incubación" como complemento a la ley de la extinción.

Asume la existencia de factores de vulnerabilidad individual y filogenética (hipótesis de la preparación), que facilitan los mecanismos de la incubación.

4.1.- CONCEPTOS BÁSICOS DEL MODELO

- ☞ Eysenck aportó una versión más moderna sobre el condicionamiento de la ansiedad, mediante lo que se ha denominado "tercer gran modelo de condicionamiento" o modelo de incubación de la ansiedad.

- ☞ La teoría de la incubación postula que la ansiedad se adquiere y se mantiene de acuerdo con los principios de condicionamiento pavloviano tipo B. Grant (1964) diferenció entre condicionamiento pavloviano tipo A y tipo B:

- Tipo A: (Condicionamiento de salivación). La motivación debe ser manipulada externamente, y las respuestas condicionada e incondicionada son diferentes (por ejemplo, RC=salivación, RI=ingestión de comida).

- **Tipo B:** La motivación es generada por el propio paradigma de condicionamiento y posee menor dependencia del estado motivacional del organismo (por ejemplo, condicionamiento aversivo); además, las respuestas condicionada o incondicionada son similares (la RC actúa como sustituto parcial de la RI).

Cualidades:

- Una cualidad del condicionamiento pavloviano tipo B señalada por Eysenck consiste en que tanto el EI (por naturaleza) como el EC (por asociación con el EI) poseen propiedades de drive. La mera presentación del EC no necesariamente va seguida de no-reforzamiento, ya que la propia RC puede actuar como agente reforzador por su similitud con la RI.
 - Es el concepto de respuesta nociva. Desde el punto de vista del sujeto no existe una respuesta nociva Gestaltike en la que el sujeto experimenta simultáneamente el EI y la RI (por ejemplo, el sujeto experimenta un shock doloroso). Esta respuesta nociva (RN) es asociada al EC por contigüidad, con lo que la RC eventualmente añade otro incremento de dolor/miedo que introspectivamente resulta muy difícil o imposible de diferenciar de la respuesta nociva original.
- ☞ Eysenck establece como novedad principal el principio de incubación, en virtud del cual la mera presentación del EC no siempre lleva a la extinción de la RC, tal y como establece la ley de extinción. Además de dar cuenta del fenómeno clínico denominado incremento paradójico, posee importantes implicaciones teóricas y prácticas respecto a la terapia conductual de la ansiedad.
- ☞ La teoría de la incubación explica la existencia de posibles casos de incremento paradójico o no reducción de la ansiedad, que ocurren a veces cuando se aplica inadecuadamente la terapia de las fobias (por ejemplo, un error frecuente consiste en retirar el estímulo fóbico ante la aparición de un incremento inesperado de ansiedad).

4.2.- SOBRE EL CONCEPTO DEL PUNTO CRÍTICO.

- ☞ El modelo establece que existe un “punto crítico” hipotético, que determina la fuerza crítica de la respuesta y la duración crítica del tiempo de exposición del EC presentado solo, para que, a partir de dicho punto, la fuerza de la respuesta se incremente o disminuya tras la aplicación de un determinado tiempo de exposición del EC.

- ☞ Una RC fuerte de ansiedad puede habituarse o extinguirse cuando se prolonga la presentación del EC. Cuando la RC es fuerte, ésta posee capacidad para actuar como reforzador de forma semejante a como lo hace la RI. Sin embargo, cuando la RC es débil (por debajo de un hipotético “punto crítico”) no está capacitada para actuar de esta forma y se produce extinción de la respuesta de ansiedad.
- ☞ En ocasiones el concepto de punto crítico ha sido cuestionado en razón a su difícil operativización. En realidad, más relevante que la operativización es la interacción funcional entre ambos parámetros.

4.3.- APOYO EMPÍRICO AL MODELO DE INCUBACIÓN

- ☞ En principio, la teoría de la incubación surge para dar cuenta de un hecho empírico, esto es, el denominado “incremento paradójico” de la ansiedad que a veces se observa en los pacientes con trastornos de ansiedad. No obstante, existen importantes datos experimentales que apoyan los principios básicos de este modelo.
- ☞ Napalkov (1964) observó que, tras condicionamiento pavloviano de un solo ensayo en perros (el EC era un estímulo neutro, el EI un disparo de pistola), la RC (nivel de presión sanguínea) se incrementaba dramáticamente tras nuevas repeticiones del EC solo. En contraste, la RI (también nivel de presión sanguínea) tendía a habituarse tras sucesivos disparos.
- ☞ Este fenómeno, denominado “efecto Napalkov”, demostraba un incremento paradójico (incubación) de una respuesta autónoma (presión sanguínea) inducido por la presentación repetida de un EC solo (EC en fase teórica de extinción). Otros experimentos llevados a cabo con animales en la década de los sesenta han obtenido resultados semejantes (Chorot, 1991).
- ☞ Recientemente Sandín y Chorot han aportado evidencia experimental con seres humanos que apoya los principios básicos de la teoría de incubación. Trabajos diseñados específicamente para probar dicha teoría.

4.4.- ALTERNATIVAS AL MODELO DE EYSENCK

- ☞ La hipótesis de restablecimiento del miedo fue elaborada por Rescorla y Heth (1975). Postula que durante el condicionamiento clásico de la ansiedad se establecen representaciones mnésicas de eventos como el EC y el EI, formándose asociaciones entre ambos estímulos. La RC ocurre como resultado de activar la representación del EI.
- ☞ Las presentaciones únicas del EC tienden a producir extinción de la RC. Sin embargo, la presentación subsecuente del EI individualmente (no asociado al EC) induce un efecto de incremento del valor de representación que posee el EI e incrementa el nivel de miedo elicitado por la ocurrencia del EC.

- ☞ La hipótesis posee cierto paralelismo con algunas teorías centradas en los procesos de memoria como, por ejemplo, la referida por Terry (1979). Este autor ha propuesto que el efecto de incremento del miedo elicitado por la mera presentación del EC ocurre porque se produce una asociación entre el EC y la representación mnésica del EI, así como por el “restablecimiento” de señales de recuerdo tras la reexposición del EC.
- ☞ Una aproximación más reciente es la teoría de Davey basada en la reevaluación del EI. Según este autor, los factores que influyen sobre la evaluación del EI pueden reducir o incrementar el valor de éste, afectando a la fuerza de la RC independientemente de los cambios que se produzcan en la fuerza asociativa EC-EI.

5.- CONDICIONAMIENTO Y PROCESOS COGNITIVOS

- ☞ Se ha sugerido la importancia de los procesos cognitivos aludiendo a la existencia de formas indirectas de aprendizaje:
 - Aprendizaje vicario: No implican la presencia física del EI (basta con la observación).
 - Condicionamiento semántico: relaciones de información (relaciones E-E en vez de E-R).

5.1.- ADQUISICIÓN DE LAS FOBIAS

- ☞ Existe evidencia a favor de las experiencias directas de condicionamiento, especialmente para la agorafobia y la claustrofobia (se originan frecuentemente por experiencias traumáticas pasadas).
- ☞ En las fobias específicas, el aprendizaje vicario es particularmente importante, así como la transmisión de información.
- ☞ Las fobias a los animales son las que más se asocian a acontecimientos distintos de las experiencias directas de condicionamiento, sobre todo de aprendizaje vicario.

Se puede sugerir que, algunas de éstas fobias, se generan mediante procesos de "evitación de enfermedad".

5.2.- MODELOS COGNITIVOS DE APRENDIZAJE

☞ Se han formulado diversos modelos conductuales para explicar los trastornos de ansiedad, enfatizando la presencia de constructos cognitivos: Concepto de expectativa.

☞ Basados en el marco teórico del neocondicionamiento (los estímulos son unidades de información y como tales representados cognitivamente).

☞ Seligman y Johnston: conceptos de:

- Expectativas de resultado: Estado del organismo que representa contingencias entre respuestas y resultados en una situación determinada.
- Expectativas de preferencia: Estado del organismo que controla la elección de respuestas sobre la base de los resultados esperados.

El organismo posee una preferencia innata, y, durante el aprendizaje de evitación, adquiere 2 tipos de expectativa de resultado, la de ejecución y la de no ejecución.

☞ Teoría de la autoeficacia (Bandura): Percepción de la propia capacidad para llevar a cabo acciones específicas de forma exitosa. 4 vías:

- Experiencia vicaria.
- Experiencia directa sobre el éxito de sus acciones.
- Información verbal (persuasión).
- Conciencia de la propia activación emocional.

Sólo es de utilidad para explicar el mantenimiento de la ansiedad. Podría aportar un mecanismo sobre el cambio terapéutico, pero, el valor predictivo de la autoeficacia sobre los efectos del tratamiento es limitado.

5.3.- MODELO DE EXPECTATIVA DE LA ANSIEDAD: REISS

☞ Es uno de los modelos cognitivos de mayor impacto. El modelo se basa en ideas del neocondicionamiento pavloviano, tal como la no necesidad de asociación por contigüidad EC-EI para explicar la adquisición de miedo, o el papel de las expectativas. Su teoría suele denominarse modelo de expectativa.

- ☞ Distingue entre expectativas de ansiedad y expectativas de peligro.
- ☞ El modelo ha experimentado revisiones con el paso del tiempo. En la primera revisión, Reiss y McNally (1985) introducen el concepto de sensibilidad a la ansiedad, un concepto que parece poseer particular relevancia con respecto a los trastornos asociados al ataque de pánico.
- ☞ La segunda revisión es efectuada por Reiss en 1991. En esta nueva actualización, Reiss enfatiza la implicación de la sensibilidad a la ansiedad como variable de vulnerabilidad para el desarrollo/mantenimiento de los trastornos de ansiedad.

Tabla 4.1 Conceptos básicos del modelo de expectativa de Reiss (1991)

CONCEPTO	DEFINICIÓN
<i>Expectativa de peligro</i>	Expectativa sobre un peligro/daño del medio físico externo (por ejemplo, «Es probable que el avión se caiga»)
<i>Sensibilidad al daño</i>	Sensibilidad al daño físico personal (por ejemplo, «No puedo soportar ser lastimado»)
<i>Expectativa de ansiedad</i>	Expectativa sobre la posibilidad de experimentar ansiedad o estrés (por ejemplo, «Sé que volar es seguro, pero puedo tener un ataque de pánico durante el vuelo»)
<i>Sensibilidad a la ansiedad</i>	Sensibilidad a experimentar ansiedad (por ejemplo, «Puedo tener un ataque al corazón si experimento pánico»)
<i>Expectativa de evaluación social</i>	Expectativa de reaccionar de tal forma que lleva a una evaluación negativa (por ejemplo, «No seré capaz de dominar mi miedo a volar»)
<i>Sensibilidad a la evaluación social</i>	Sensibilidad a la evaluación negativa (por ejemplo, «Siento vergüenza cuando fallo en algo»)

- ☞ Reiss establece los puntos de su modelo sobre la base de cinco hipótesis:
 - **Hipótesis 1:** Algunos miedos están motivados parcialmente o en su totalidad por expectativas y sensibilidades a la ansiedad.
 - **Hipótesis 2:** La sensibilidad a la ansiedad es una variable de diferencias individuales que se evalúa a través del “Índice de Sensibilidad a la Ansiedad” (Anxiety Sensitivity Index, ASI). La versión más reciente, ASI-3.
 - **Hipótesis 3:** Un índice de sensibilidad a la ansiedad elevado se asocia fuertemente con tendencia a experimentar miedo. La gente con alta sensibilidad a la ansiedad debería tener miedos a diferentes objetos o situaciones, mientras que la gente con baja sensibilidad a la ansiedad debería tener relativamente pocos miedos.
 - **Hipótesis 4:** La sensibilidad a la ansiedad no se encuentra exclusivamente en la agorafobia.
 - **Hipótesis 5:** La sensibilidad a la ansiedad es un factor de riesgo para los trastornos de ansiedad. La sensibilidad a la ansiedad se trata de un factor de riesgo que precede a los ataques de pánico y puede ser adquirido por diferentes vías.

5.4.- SENSIBILIDAD A LA ANSIEDAD Y SENSIBILIDAD AL ASCO.

5.4.1.- Sensibilidad a la ansiedad.

- ☞ La sensibilidad a la ansiedad es el miedo a las sensaciones de ansiedad. Generalmente se asume que este se produce por la creencia de que la experiencia de miedo/ansiedad posee consecuencias somáticas, psicológicas o sociales que pueden resultar peligrosas.
- ☞ Una persona puede ser propensa a experimentar ansiedad (es decir, nivel elevado de rasgo de ansiedad) y sin embargo no experimentar miedo a los síntomas de ansiedad.
- ☞ La nueva escala ASI-3 permite evaluar de forma equilibrada estas tres dimensiones de sensibilidad a la ansiedad, esto es, las dimensiones somática, cognitiva y social.
- ☞ El concepto de sensibilidad constituye uno de los principales indicadores psicométricos de vulnerabilidad del trastorno de pánico, y en menor grado de otros trastornos de ansiedad.
- ☞ La propiedad de la sensibilidad a la ansiedad para amplificar las reacciones de ansiedad sugiere que puede desempeñar un papel relevante en la intensificación de las sensaciones corporales que llevan al ataque de pánico. Predice nuevos ataques de pánico, incluso en personas que nunca habían tenido un ataque de pánico.

5.4.2.- Sensibilidad al asco.

- ☞ El asco es una emoción básica con componentes cognitivos, fisiológicos y comportamentales, que actúa para prevenir la contaminación y la enfermedad.
- ☞ Aparte de la atención que haya suscitado el estudio del asco desde su consideración como emoción básica, recientemente se ha producido un particular interés por el estudio de la sensibilidad al asco desde el punto de vista psicopatológico.
- ☞ La sensibilidad al asco ha sido definida en términos de diferencias individuales como la sensibilidad para experimentar la emoción del asco. La sensibilidad al asco se refiere, por tanto, al grado en que un individuo siente asco en respuesta a diversos estímulos.
- ☞ La sensibilidad al asco se ha visto incrementada o se ha relacionado positivamente con ciertas fobias, tales como las relacionadas con los “animales relevantes al asco” y las fobias del tipo sangre-inyecciones-daño.

- ☞ Más recientemente se ha venido estableciendo una tercera línea de investigación que relaciona la elevada sensibilidad al asco con la predisposición a experimentar síntomas del trastorno obsesivo-compulsivo, concretamente obsesiones y compulsiones de contaminación y limpieza respectivamente.
- ☞ La principal escala que se ha utilizado hasta ahora para evaluar la sensibilidad al asco es la Disgust Scale (DS), elaborada por Haidt y cols. (1994). Recientemente, la DS ha sufrido algunas modificaciones. Sandín, Valiente y Chorot (2008) adaptaron ambas versiones.

5.5.- REEVALUACIÓN DEL EI: DAVEY

- ☞ Davey (1989) presentó un modelo pavloviano para dar cuenta del mantenimiento e incubación de la ansiedad empleando como concepto básico la reevaluación del EI.
- ☞ Según sugiere este autor, la fuerza de la RC no sólo depende de procesos asociativos que relacionan el EC con el EI, sino también de los procesos que llevan al individuo a reevaluar el propio EI. El EC, mediante su asociación con el EI, elicitaba una representación cognitiva del EI. Esta representación es valorada, siendo el resultado de esta valoración del que determina la fuerza, y en algunos casos la forma de la RC.
- ☞ En su reciente revisión del modelo, Davey (1992) establece un planteamiento más comprensivo e integra en su estructura teórica el concepto cognitivo de expectativa de resultado. Al igual que Reiss, Davey considera las contingencias de resultado: los sujetos evalúan la relación entre la señal (EC) y el resultado (EI) mediante la asimilación de información relevante a partir de una variedad de fuentes, y sobre la base de esta información se constituye una expectativa de resultado (EI) cuando el sujeto es expuesto a una señal particular (EC).
- ☞ La información relevante puede incluir:
 - La información situacional contenida en algún episodio EC-EI.
 - La información transmitida social y verbalmente.
 - Las creencias existentes sobre la relación EC-EI.
- ☞ De acuerdo con éste modelo, entre el EC y la RC, se interponen una serie de factores mediadores (expectativa de resultado, representación cognitiva del EI, valoración del EI) y moduladores (relacionados con la valoración de expectativa y los relativos a los procesos de revaloración del EI).
- ☞ El modelo permite explicar la no extinción de la ansiedad cuando el EC se presenta sólo. También explicaría el fenómeno de incremento paradójico, a partir de una "inflación" del EI.

El modelo, además de incorporar los factores asociativos (más o menos automáticos), incluye otras variables que influyen la fuerza de la RC (estrategias personales de afrontamiento, información verbal o autoobservación).

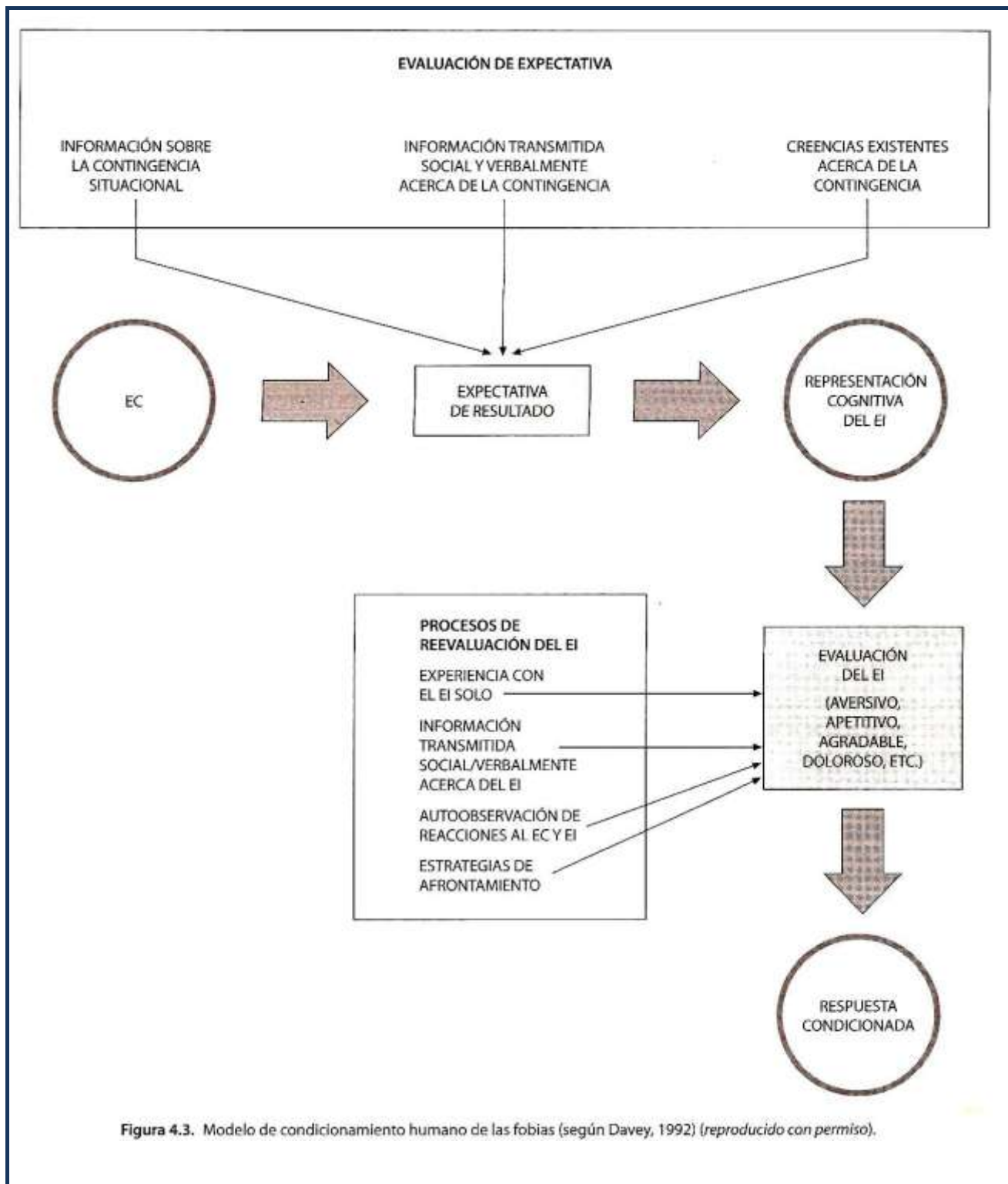


Figura 4.3. Modelo de condicionamiento humano de las fobias (según Davey, 1992) (reproducido con permiso).

6.- ANSIEDAD Y PROCESAMIENTO DE LA INFORMACIÓN

- ☞ Muchas de éstas aportaciones se han referido a la relación entre procesamiento de la información y la emoción.
- ☞ Aunque se han postulado diversas teorías, existen 3 orientaciones básicas:
 - Procesamiento bioinformacional de imágenes y de afectos (Lang).
 - Concepto de red asociativa (Bower).
 - Concepto de esquema (Beck).
- ☞ Los 3 modelos se fundamentan en la creencia de que existen estructuras cognitivas relacionadas con los trastornos de ansiedad.

6.1.- EMOCIÓN E IMAGEN: PROCESAMIENTO BIOINFORMACIONAL (LANG)

- ☞ Se basa en una concepción “descripcionalista” de la imagen emocional.
- ☞ Lang:
 - Asume que toda la información, incluidas las imágenes mentales, es codificada en el cerebro de forma abstracta y uniforme (no de forma icónica o análoga).
 - Propone que las imágenes emocionales son conceptuadas como estructuras proposicionales y no como representaciones sensoriales.
- ☞ La información sobre la ansiedad es almacenada en la MLP en redes asociativas (redes emocionales) = redes proposicionales.
- ☞ Para la teoría bioinformacional, no es relevante la forma en que la información es almacenada, sino los tipos de información almacenados y los resultados producidos por la activación de dicha información.

La red puede ser activada por inputs.

Cuando se accede a un número suficiente de "nodos" de la red, la red entera es activada, dando lugar a una variedad de conductas y experiencias denominadas emoción.

Ciertos elementos de la red, pueden poseer elevada potencia asociativa, de forma que, basta la activación de muy pocos nodos clave, para acceder al programa completo.

☞ La memoria emocional contiene tres tipos de información:

- Información sobre estímulos externos: Información sobre las características físicas de los estímulos externos (aspecto de algún animal).
- Información sobre las respuestas: Incluye la expresión facial o conducta verbal, las acciones abiertas de aproximación o evitación, y los cambios viscerales y somáticos que soportan la atención y la acción.
- Proposiciones semánticas: Información que define el significado del objeto o situación y de las respuestas, las probabilidades de ocurrencia del estímulo, y las consecuencias de la acción.

☞ En resumen:

- Las unidades de análisis de la teoría de la bioinformación son las proposiciones (unidades de información que constituyen relaciones lógicas entre conceptos).
- Una proposición ("Nuria lee un libro") se compone de "nodos" o argumentos (Nuria y libro), y un elemento relacional o predicador (lee).
- Las proposiciones se agrupan en redes, las redes constituyen una estructura asociativa o memoria asociativa de la emoción. Constituye una especie de "programa afectivo".
- La expresión afectiva se produce cuando se activa un número suficiente de proposiciones.
- En el tratamiento psicológico de las fobias, generalmente se activa la memoria emocional, a través del input verbal (script).

☞ Lang sugiere que para la respuesta emocional de miedo existe un Prototipo de imagen del miedo codificado en la MLP.

El prototipo puede ser activado por instrucciones, por medios de comunicación o estímulos sensoriales objetivos.

Una característica importante del prototipo de fobia es que incluye información sobre las respuestas, es decir, un programa sobre la expresión afectiva o set de acción (ej: evitación/escape).

Ciertas proposiciones poseen asociaciones entre sí muy fuertes ⇒ pueden actuar como claves para el procesamiento de la red y los correspondientes subprogramas de acción.

☞ No en todos los trastornos de ansiedad están igualmente integrados los diferentes componentes de la memoria asociativa:

- La fobia específica: Redes altamente organizadas, con elevada fuerza asociativa ⇒ Fuerte disposición para el escape y la evitación como parte del prototipo fóbico.
- La fobia social: Redes definidas por la vigilancia y las preocupaciones sobre la valoración.
- La agorafobia: Redes con poca fuerza asociativa y por lo tanto más difíciles de activar.

☞ Lang sugiere dimensiones básicas de conducta como:

- Valencia (placer – displacer).
- Potencia (dominancia – sumisión).
- Activación (arousal – reposo).

☞ En la última revisión, introducen la distinción entre:

- Respuestas estratégicas: Pueden ser descritas en términos de valencia y de activación.
- Respuestas tácticas: Guardan más relación con los conceptos de dominancia y sumisión (potencia).

☞ La teoría ha enfatizado la importancia de la terapia de la ansiedad basada en la respuesta: debe ser más eficaz que la orientada sobre el estímulo porque determina una activación más completa de la estructura proposicional.

☞ Foa y Kozak: El concepto de significado no debería reducirse a las proposiciones semánticas, sino que debe incluir toda la información (codificada semánticamente y no semánticamente).

Su perspectiva podría entenderse como una teoría sobre la reducción del miedo, partiendo de los principios básicos de Lang:

- El procesamiento de la información es un paso imprescindible para la terapia de la ansiedad.
 - Entienden el procesamiento emocional como una modificación de las estructuras de memoria, más que como una mera activación.
 - A través del procesamiento emocional, se lleva a cabo una corrección de las redes asociativas.
 - La corrección se produce cuando, al reducirse el miedo mediante la exposición, la información es incompatible con la de la red asociativa (contradice las proposiciones de la red).
- ☞ La teoría psicoanalítica tradicional proponía que los individuos evitaban los pensamientos y recuerdos inductores de ansiedad.
- ☞ Brewin sugiere que, el cambio depende de que dichos recuerdos sean readmitidos en lo consciente con el "afecto apropiado".

6.2.- SEGOS COGNITIVOS Y ANSIEDAD

- ☞ Tanto Beck como Bower asumen que: En los pacientes con algún trastorno de ansiedad, debe existir una estructura cognitiva disfuncional que les lleva a producir ciertos sesgos en todos los aspectos del procesamiento de la información.
- ☞ Han desarrollado su teoría pensando más en la depresión que en la ansiedad.

6.2.1.- Beck. (Concepto de esquema)

- ☞ Existe un esquema disfuncional que juega un papel esencial en el desarrollo y mantenimiento de la depresión y de la ansiedad.
- ☞ Los individuos con trastornos de ansiedad poseen un sesgo sistemático: activación selectiva del esquema asociado al peligro personal, representado en la MLP.
- ☞ Los esquemas están organizados en subsistemas o constelaciones (modos) que corresponden a diferentes aspectos motivacionales (depresivo, erótico, de miedo, de peligro). Las razones de por qué persiste la dominancia de un determinado modo no se explica suficientemente.

6.2.2.- Bower. (Teoría de la red asociativa)

- ☞ Las emociones están representadas en la memoria en unidades o nodos, en forma de red asociativa (red semántica).
- ☞ Los nodos están relacionados con otros tipos de información: situaciones relevantes para elicitación de la emoción, reacciones viscerales, recuerdos de eventos agradables o desagradables, etc.
- ☞ La activación de un nodo emocional facilita la accesibilidad al material congruente con el estado de ánimo ⇒ Hipótesis de la congruencia del estado de ánimo.
- ☞ El material memorizado se recuerda mejor cuando existe acoplamiento entre las condiciones en que se aprendió originalmente y las condiciones bajo las que se pretende recordar ⇒ Hipótesis de la dependencia del estado de ánimo.

6.2.3.- Controversia sobre la viabilidad de las hipótesis derivadas de los modelos de Beck y Bower.

- ☞ Beck y Bower, coinciden en que los sesgos operan a distintos niveles del procesamiento: atención, interpretación y memoria.
- ☞ Los datos experimentales tienden a indicar que:
 - La ansiedad parece asociarse a sesgos de atención pero no a sesgos de memoria.
 - La depresión parece asociarse a sesgos de memoria explícita y no de atención.
- ☞ Según Williams:
 - La ansiedad se asocia principalmente a sesgos de integración (procesos automáticos y en fases iniciales del procesamiento).
 - La depresión se asocia principalmente a sesgos de elaboración.

6.3.- ANSIEDAD Y ATENCIÓN SELECTIVA: PROCESAMIENTO AUTOMÁTICO Y ESTRATÉGICO

Los principales tipos de paradigmas cognitivos que se han empleado para investigar posibles sesgos atencionales en los pacientes con trastornos de ansiedad son la escucha dicótica, la prueba de Stroop modificada y tareas de tiempos de reacción.

- Los paradigmas de escucha dicótica implican la presentación simultánea de dos mensajes auditivos, debiendo el sujeto atender únicamente a uno de ellos.
- La prueba de Stroop es una medida característica de la atención. La tarea original consiste en decir el color de una palabra que no coincide con su significado. Cuando el color nombrado y el impreso difieren suele producirse un incremento en el tiempo de reacción, el cual es denominado interferencia Stroop. El Stroop modificado se lleva a cabo con palabras que, en lugar de designar el nombre de un color, poseen un significado emocionalmente saliente (por ejemplo, miedo, serpiente, enfermedad, pánico, etc.), para estudiar su interferencia sobre el tiempo de reacción empleado para nombrar el color de la palabra. Se ha hipotizado que los pacientes con ansiedad deben exhibir mayor interferencia congruente con los estímulos relevantes, ya que la significación de la palabra atrae automáticamente la atención del sujeto, a pesar de las instrucciones que se le dan de no atender al significado.
- Se ha sugerido que en los paradigmas basados en la escucha dicótica y en la prueba de Stroop no quedan claros los mecanismos que subyacen a los sesgos atencionales. Para solucionar este problema se han diseñado tareas de tiempo de reacción donde, además de poder analizarse la dirección de las respuestas atencionales, es posible eliminar el posible efecto inducido por procesos múltiples como la respuesta verbal (ocurre en el Stroop) o la memoria verbal (en escucha dicótica). Se trata de pruebas de procesamiento visual de palabras y atención dirigida.

Conclusiones:

- 1) En primer lugar, los individuos con elevado rasgo de ansiedad pueden tener tendencia diferencial a interpretar los estímulos como amenazantes. El nivel elevado de rasgo de ansiedad induce un sesgo preatencional que lleva a asignar recursos de procesamiento hacia estímulos amenazantes. También podría interpretarse lo contrario, es decir, que dicha tendencia podría dar lugar a un elevado rasgo de ansiedad.
- 2) En segundo lugar, el sesgo interpretativo y el alto rasgo de ansiedad pueden llevar a incrementar la atención de forma selectiva hacia las señales de amenaza, generando una espiral de incremento de la ansiedad.

Las diferencias individuales relacionadas con la codificación selectiva representaría, en este sentido, un sustrato cognitivo de vulnerabilidad hacia la adquisición de los trastornos de ansiedad. Los individuos vulnerables podrían intentar usar estrategias controladas para reducir el exceso de información amenazante que podría ocurrir bajo situaciones de estrés, y un eventual fracaso de tales esfuerzos podría representar el comienzo de un trastorno de ansiedad.

- 3) El sesgo atencional incrementa directamente la activación de los componentes del sistema nervioso autónomo (elevación de respuestas autónomas como taquicardia, respiración, sudoración, etc).
- 4) El sesgo atencional asociado al incremento de la activación autónoma puede facilitar y/o generar condicionamiento pavloviano de respuestas de miedo/ansiedad y, en consecuencia, potenciar la adquisición de trastornos de ansiedad.
- 5) Existe evidencia de un proceso inverso; es decir, que el sesgo atencional puede adquirirse mediante condicionamiento clásico. Los individuos previamente condicionados a estímulos potencialmente fóbicos adquirirían un sesgo atencional no consciente, ya que posteriormente emitirían respuestas autónomas diferenciales a dichos estímulos presentados de forma enmascarada.
- 6) Un incremento en la activación autónoma del organismo puede incrementar el rasgo de ansiedad y la tendencia a interpretar los estímulos ambiguos como amenazantes.

6.4.- ANSIEDAD Y PROCESAMIENTO COGNITIVO: HACIA UNA INTEGRACIÓN

Tabla 4.4 Características de los enfoques cognitivos sobre la ansiedad de Lang, Bower, y Beck y Emery

	LANG (1979, 1985) FOA Y KOZAK, 1986)	BOWER(1981)	BECK Y EMERY (1985)
<i>Aspecto central</i>	Procesamiento bioinformacional	Estado de ánimo y memoria	Cogniciones
<i>Estructuras cognitivas de memoria</i>	Red proposicional asociativa	Red semántica asociativa	Esquemas (schemata)
<i>Unidades de análisis/información</i>	Proposiciones (argumentos + predicador)	Nodos. Estados emocionales discretos	Modos (modes) Creencias Pensamientos
<i>Procesamiento selectivo (sesgos)</i>	Estímulos Respuestas Significado	Atención Interpretación Memoria	Atención Interpretación Memoria
<i>Procesamiento automático</i>	Sí	sí	Sí
<i>Dispositivo de alarma (programas de respuesta)</i>	Set de acción (evitación/escape)	NO	NO
<i>Dimensiones</i>	Valencia Activación Potencia	NO (Emociones discretas)	NO (Emociones discretas)
<i>Predicciones</i>	Procesamiento del programa afectivo Sincronización del triple sistema de respuesta Programas de respuesta estratégicos vs. tácticos	Congruencia de estado de ánimo (amenaza/peligro) Dependencia de estado de ánimo (amenaza/peligro)	Congruencia de estado de ánimo (amenaza/peligro)

- ☞ Exceptuando la teoría de Lang, no puede decirse que con estas aportaciones, exista un modelo específico de la ansiedad basado en el procesamiento de la información.
- ☞ Una posible solución a estos problemas ha sido apuntado por Öhman (1993). Este autor parte de que la ansiedad se origina a partir de sistemas de defensa biológicos, presumiblemente responsables tanto de la ansiedad aguda como de la ansiedad estable. El modelo de Öhman está articulado sobre la base de conceptos científicos del procesamiento de la información.
- ☞ Está estructurado sobre la base de cinco conceptos, es decir, un detector de características, un evaluador de significación, un sistema de activación, un sistema de expectativas y, finalmente, la percepción consciente de la amenaza:
 - Detector de características: Filtrado inicial de los estímulos antes de valorarlos. Importante para los procesos de alarma/ansiedad/miedo, ya que permite que algunas características estímulares, puedan conectarse directamente con el sistema de activación. Actúa a un nivel previo a la memoria (antes de que el individuo de un significado al estímulo). Permite que se produzca una discriminación de la información. Opera en las fobias, en el ataque de pánico y en el TEP.
 - El evaluador de significación: Valora automáticamente la relevancia de los estímulos que han sido filtrados. Forma parte de sistemas de memoria asociativos (procesamiento de respuestas emocionales (Lang) y representaciones mnésicas (Bower)), primando el procesamiento de estados emocionales congruentes. Es, al menos parcialmente, un sistema de procesamiento controlado. Sin embargo, opera preatencionalmente".
 - Sistema de activación: Sirve para dotar al evaluador de significación. Explica que el nivel de ansiedad pueda incrementar el sesgo atencional congruente. Actúa también sobre el sistema de percepción consciente. Comunicación recíproca entre activación y percepción autónoma (interés especial en el trastorno de pánico).
 - El sistema de expectativas: Sirve para acoplar la información dentro de las estructuras de la memoria asociativa (memoria emocional). A mejor acoplamiento, más activación de las estructuras congruentes. Doble función en la generación de ansiedad:
 - Favorece el procesamiento selectivo de información congruente (induciendo sesgo).
 - Aporta el contexto para la interpretación consciente.

- Sistema de percepción consciente: Dos funciones:
 - Integra conscientemente la información procedente de los otros 3 sistemas (activación, significación y expectativas).
 - Selecciona alternativas de acción para afrontar la amenaza (estrategias de afrontamiento).

7.- ASPECTOS BIOLÓGICOS DE LA ANSIEDAD

No todos los individuos presentan la misma vulnerabilidad biológica para que los trastornos de ansiedad se desarrollen y mantengan.

7.1.- PREDISPOSICIÓN HACIA LOS TRASTORNOS DE ANSIEDAD

📖 Conclusiones de Sandin al comentar el trabajo de Torgersen:

- Evidencia que los factores hereditarios podrían desempeñar un papel importante en los trastornos de ansiedad: Porcentajes de concordancia: 34% en gemelos monocigóticos y 17% en dicigóticos.
- El desarrollo de trastorno de ansiedad generalizada (TAG) **no** muestra evidencia de estar influido por factores hereditarios: Tasas de 17% para monocigóticos y del 20% para dicigóticos.
- Para el resto de los trastornos de ansiedad las tasas de concordancia son prácticamente equivalentes: 45% y 15% para monocigóticos y dicigóticos respectivamente.
- En los trastornos de ansiedad parece existir un importante componente de transmisión familiar de tipo hereditario (excepto en el TAG).
- Los trastornos de ansiedad parecen poseer una transmisión genética independiente de la que se da en la depresión y en los trastornos somatoformes (hipocondriasis e histerias).

📖 Lo que se hereda es una vulnerabilidad (diátesis) para desarrollar un trastorno de ansiedad en general; no se hereda un trastorno específico en sí mismo.

7.2.- ASPECTOS PSICOFISIOLÓGICOS

- ☐ La ansiedad clínica se ha asociado a hiperactividad del sistema nervioso autónomo y somático.

Tabla 4.5 Respuestas psicofisiológicas asociadas a la ansiedad

VARIABLE PSICOFISIOLÓGICA	TIPO DE RESPUESTA	TIPO DE CAMBIO
<i>Actividad electrodermal</i>	Respuestas específicas Respuestas no específicas Nivel de conductancia Habituaación RCP	Incremento RCP Incremento FRNE Incremento NCP Decremento
<i>Actividad cardíaca</i>	Tasa cardíaca Presión sistólica Presión diastólica Aporte sanguíneo muscular Aporte sanguíneo cutáneo	Incremento Incremento Incremento Incremento Decremento
<i>Actividad muscular</i>	Tensión muscular (EMG) Temblor Reflejo de parpadeo	Incremento Incremento Incremento
<i>Actividad respiratoria</i>	Frecuencia Irregularidad	Incremento Incremento
<i>Actividad eléctrica cerebral</i>	Voltaje beta Amplitud P300 Voltaje alfa Variación negativa contingente (amplitud)	Incremento Incremento Decremento Decremento
<i>Dilatación pupilar</i>	Pupilometría	Incremento
<i>Cambios en pH</i>	pH-salival pH-piel pH-sanguíneo	Decremento Decremento Incremento

RCP = respuesta de conductancia de la piel; FRNE = frecuencia de respuestas no específicas; NCP = nivel de conductancia de la piel; EMG = electromiográfica.

- ☐ Pacientes con Fobia Específica: No presentan evidencia de alteración psicofisiológica. En cambio si se asocian a fuertes respuestas autónomas (incremento en actividad electrodermal, frecuencia cardíaca, presión sanguínea etc). Excepción: la fobia a la sangre–herida: Respuesta cardiovascular bifásica: activación simpática seguida de una caída brusca de la presión sanguínea y de la actividad cardíaca.
- ☐ Fobias Sociales: Las respuestas psicofisiológicas dependen de que la fobia sea generalizada (niveles elevados de activación simpática) o circunscrita (similares a la de la fobia específica). No todos los pacientes responden de igual modo a los estresores sociales: Öst los separa en dos grupos: Con o sin elevación de la tasa cardíaca (se asocia a un descenso de habilidades sociales).
- ☐ TAG: Al ser una alteración crónica de la ansiedad, manifiesta niveles elevados del tono psicofisiológico. No obstante ante situaciones estresantes, manifiestan actividad simpática igual a los individuos normales.

- ☞ **Trastorno De Pánico:** Fuertes reacciones simpáticas durante el ataque de pánico (espontáneos e inducidos). Se dan algunas excepciones. Se han explicado por descenso repentino del tono vago. Papel importante de todas las manifestaciones psicofisiológicas relacionadas con la hiperventilación (subida del PH sanguíneo que contrasta con bajada en el PH de la saliva y cutáneo).

7.3.- ASPECTOS BIOQUÍMICOS Y NEUROLÓGICOS

7.3.1.- Respuestas neuroendocrinas

- ☞ El sistema neuroendocrino se relaciona con el estrés como con la ansiedad.
- ☞ Un incremento en los estados de ansiedad supone incremento en la secreción de tiroxina, cortisol, catecolaminas y ciertas hormonas hipofisarias (prolactina, vasopresina, hormona del crecimiento).
- ☞ El sistema hipotálamo–hipofiso–suprarrenal se ha relacionado con la ansiedad y con el estrés, manifestándose un incremento de activación en el citado eje: hipersecreción de cortisol sistémico.
- ☞ La activación córtico–suprarrenal se asocia con cierto grado de especificidad a las situaciones incontrolables (depresión).
- ☞ Los estados de hiperactivación catecolaminérgica tienden a vincularse más a situaciones de amenaza de pérdida de control y emociones subyacentes (ansiedad).

7.3.2.- Aspectos neurobiológicos

- ☞ Una de las teorías mas conocidas ha propuesto que la ansiedad se relaciona con una actividad noradrenérgica incrementada (hiperactividad del locus coeruleus):
 - La estimulación eléctrica del locus coeruleus induce respuestas de ansiedad y ataques de pánico.
 - La estimulación de receptores beta centrales y el bloqueo de receptores alfa-2, producen también respuestas de ansiedad y pánico.

- ☞ A partir de el efecto ansiolítico de las benzodiazepinas, se ha resaltado el posible papel de una alteración del sistema GABA en la etiología de la ansiedad.
- ☞ Actualmente, se tienden a explicar la ansiedad integrando los sistemas noradrenérgico y serotoninérgico, por un lado, y las respuestas de ansiedad y depresión por otro.
- ☞ Eison: Una perturbación de las interacciones dinámicas entre los neurotransmisores catecolaminérgicos y serotoninérgicos existe tanto en la ansiedad como a la depresión (La manipulación del sistema serotoninérgico afecta el tono noradrenérgico). ⇒ Una alteración en el balance de neurotransmisión serotoninérgica contribuye a ambos trastornos (ansiedad asociada a exceso y depresión a defecto).
- ☞ Gray: La ansiedad se genera a partir de la estimulación del sistema de inhibición conductual localizado en las estructuras límbicas del cerebro y conectado con el tronco cerebral y regiones subcorticales. El SIC puede ser estimulado mediante indicadores de castigo, señales de no recompensa y estímulos innatos de miedo.
- ☞ Ledoux: Importancia de la vía tálamo amígdala (comunica directamente el tálamo con la amígdala) en las reacciones emocionales: Esta vía permite que las respuestas emocionales se inicien en la amígdala, antes de ser conscientes del estímulo que nos hace reaccionar, o de que identifiquemos las sensaciones experimentadas. Posee enorme valor adaptativo:
 - La memoria emocional primigenia se almacena en la amígdala.
 - La memoria emocional puede heredarse (memoria filogenética) o puede aprenderse.

8.- TEORÍAS Y TRASTORNOS DE ANSIEDAD

- ☞ Barlow: Una alarma es una reacción generalmente intensa de miedo de tipo primigenio, que implica respuestas potenciales de evitación/escape.

Distingue entre verdaderas alarmas (exteroceptivas) y falsas alarmas (interoceptivas).

- Las alarmas exteroceptivas pueden convertirse en alarmas aprendidas por acción de alguno de los 3 modos de adquisición del miedo fóbico:
 - Experiencias directas de condicionamiento.
 - Aprendizaje vicario.
 - Transmisión de información/instrucciones.

- Otra posible vía en la génesis de los trastornos de ansiedad es a partir del estrés psicosocial, mediado por alarmas interoceptivas.

- ☞ Existe una vía de adquisición de TAG y de fobias, que no requiere la presencia de alarmas, pero sí de un elevado nivel de vulnerabilidad psicológica (podría explicar las fobias sociales que no presentan clara evidencia de contingencias de aprendizaje, sino más bien experiencias de estrés).

- ☞ Los mecanismos implicados en el Trastorno Del Pánico difieren de los demás trastornos:
 - En las fobias, el estímulo desencadenante es de tipo externo.
 - En el pánico, es de índole interoceptivo.
 - Los trastornos de pánico recurrentes también pueden asociarse a estímulos externos, dando lugar al trastorno de pánico con agorafobia.
 - La predisposición biológica (tendencia a hiperventilar, bajos umbrales de percepción autónoma, anormalidades bioquímicas, intolerancia a drogas) y la sensibilidad a la ansiedad son los principales factores de vulnerabilidad al trastorno de pánico.
 - El concepto de interpretaciones catastrofistas fue empleado por Clark para desarrollar un modelo cognitivo del pánico: las peculiares sensaciones asociadas a la hiperventilación son interpretadas por el sujeto de forma negativa y "catastrofista" ⇒ Induce un incremento de la ansiedad.
 - Los procesos de condicionamiento pavloviano interoceptivo aportan un marco de referencia más sólido para dar cuenta de la génesis y mantenimiento del trastorno de pánico.

- ☞ El TAG es el trastorno de ansiedad peor conocido: No existen señales a las que pueda asociarse la ansiedad. Se ha interpretado a veces como la forma clínica de un rasgo de ansiedad excesiva.
 - Barlow la identifica con la manifestación clínica de la aprensión ansiosa.
 - Borkovec: Implicación de la preocupación patológica: forma de evitación cognitiva respecto a posibles catástrofes o sucesos peligrosos futuros.

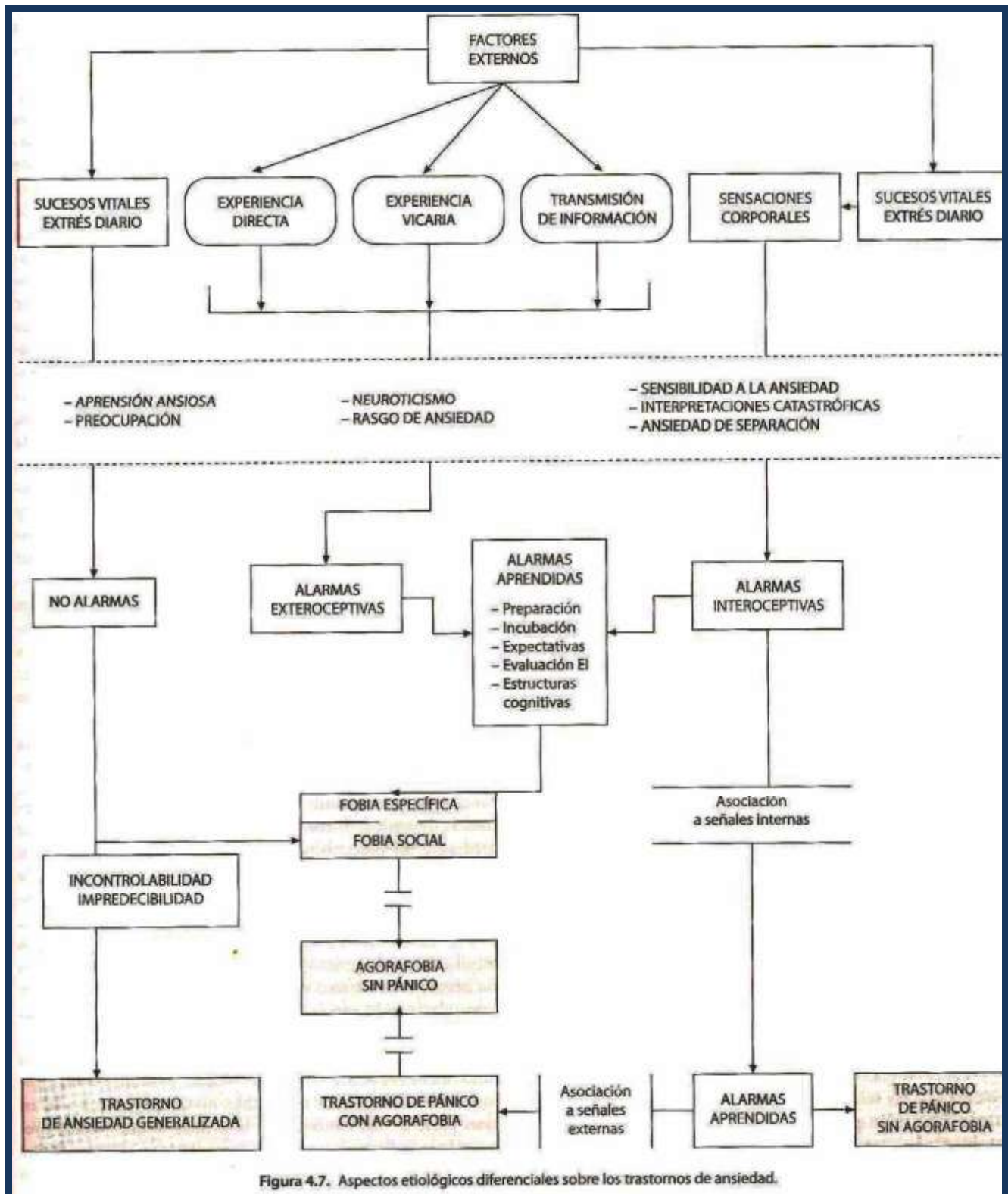


Figura 4.7. Aspectos etiológicos diferenciales sobre los trastornos de ansiedad.