

RESEÑAS DE LIBROS

¿LA ANSIEDAD ES COSA DE ADULTOS? Reseña del libro: *Trastornos de ansiedad en la infancia*. Por F. Xavier Méndez (Universidad de Murcia)

Durante la primera etapa de la vida, el niño adquiere en el hogar y en la escuela una serie de repertorios básicos de conducta como el control de esfínteres, los hábitos alimentarios, el habla, la lectura, la escritura o el cálculo. Los retrasos y dificultades en su aprendizaje originan problemas característicos de la infancia: enuresis, encopresis, trastornos menores de la alimentación, dislalias, dislexia, disgrafía, discalculia, etc. Junto a estos problemas específicos de la infancia, los niños presentan otros tradicionalmente considerados propios de los adultos, como el trastorno obsesivo-compulsivo o la depresión. En este último tipo de problemas comunes se ha producido un sesgo en la investigación y en la intervención, que se ha centrado en los adultos en detrimento de los niños. Así, en el caso de los trastornos de ansiedad, ¿cómo se explica que el DSM-IV continúe "olvidándose" de la fobia escolar?, ¿por qué existen menos instrumentos de evaluación para los niños?, ¿cuál es la razón de que la mayoría de las técnicas de reducción de la ansiedad hayan surgido para tratar a los adultos?

La monografía *Trastornos de ansiedad en la infancia*, del profesor Enrique Echeburúa, catedrático de terapia de conducta de la Universidad del País Vasco, contribuye a superar este desequilibrio, lo que constituye una buena noticia para los terapeutas que trabajan en el ámbito infantil.

El autor, con un estilo claro y didáctico, describe en la primera mitad del libro los diferentes trastornos de ansiedad y su génesis. En el capítulo uno precisa los términos ansiedad, miedos y fobias, que a veces se emplean equivocadamente como sinónimos, sobre todo en la infancia. El capítulo dos, además de facilitar datos epidemiológicos, clasifica los trastornos de ansiedad basándose en dos criterios: a) presencia o ausencia de evitación fóbica, b) presencia o ausencia de otros aspectos como obsesiones o depresión. En nuestra opinión, la evitación fóbica como criterio nosológico debe entenderse como cuestión de grado y no como una dicotomía todo o nada, es decir, ciertamente es más fácil identificar dicha evitación en una fobia a los animales que en la ansiedad de separación; sin embargo, un niño con ansiedad de separación emite respuestas de evitación pasiva, haciéndose el remolón cuando se tiene que alejar de la figura que le proporciona seguridad, y de evitación activa, por ejemplo teniendo una rabieta cuando su madre se marcha a la compra y lo deja solo. En cualquier caso, la clasificación propuesta nos parece novedosa y con notables aciertos, como el distinguir entre *ansiedad de separación* y *fobia escolar*, frente a la confusión inducida a veces desde una perspectiva psiquiátrica, y el incluir el *trastorno mixto de ansiedad y depresión*, problemas que la observación en la clínica revela que se presentan asociados con frecuencia.

Los siguientes capítulos siguen esa clasificación: el capítulo tres está dedicado a los trastornos fóbicos (fobias específicas, fobia escolar y trastorno de evitación), el capítulo cuatro a los trastornos de ansiedad sin evitación específica (ansiedad de separación y ansiedad excesiva), y el capítulo cinco a otros trastornos de ansiedad (trastorno obsesivo-compulsivo y trastorno mixto de ansiedad y depresión). La psicopatología de estos trastornos concluye con el capítulo seis sobre los modelos de su génesis y mantenimiento (condicionamiento clásico, condicionamiento operante, teoría de los dos factores, teoría del aprendizaje observacional), ofreciendo un análisis funcional teórico general de los trastornos de ansiedad.

La segunda parte, de gran interés para el profesional, versa sobre la evaluación y tratamiento de estos trastornos. El capítulo siete probablemente sea uno de los pocos que existen dedicados específicamente a la evaluación de los trastornos de ansiedad en la infancia. El capítulo ocho, el más extenso de todos, expone las técnicas desarrolladas para tratar estos problemas en la infancia y las adaptaciones de procedimientos creados originariamente para tratar a los adultos, como la relajación, cuando se aplican a niños. Las tablas de este capítulo resultan especialmente útiles.

La obra finaliza con unas conclusiones (capítulo nueve) y con varias lecturas recomendadas en castellano, entre las que destacamos *Terapia de conducta en la infancia: Trastornos de ansiedad*, de Carmen Bragado, profesora titular de terapia de conducta de la Universidad Complutense, publicado en Madrid, por la Fundación Universidad-Empresa.

En resumen, Enrique Echeburúa, un experto en trastornos de ansiedad (Echeburúa, 1992a, 1992b, 1993a, 1993b, etc.), realiza una buena aproximación a esta problemática en la infancia. Los estudiantes y los profesionales de la psicología clínica agradecerán disponer de un instrumento que de forma concisa y metódica recoge la psicopatología, la evaluación y el tratamiento de estos problemas en edades infantiles. Una recomendación final: no deje de leer el prólogo.

Referencias

- Echeburúa, E. (1992a). *La agorafobia*. Valencia: Promolibro.
- Echeburúa, E. (Ed.) (1992b). *Avances en el tratamiento psicológico de los trastornos de ansiedad*. Madrid: Pirámide.
- Echeburúa, E. (1993a). *La ansiedad crónica: Evaluación y tratamiento*. Madrid: Eudema.
- Echeburúa, E. (1993b). *Fobia social*. Barcelona: Martínez Roca.
- Echeburúa, E. (1993c). *Trastornos de ansiedad en la infancia*. Madrid: Pirámide.