

Seminario Teológico de Puerto Rico
Maestría en Divinidad, Concentración en Consejería

Bibliografía Anotada

Tema: **Ansiedad**

del curso CN614 ASUNTOS EN LA CONSEJERÍA URBANA
Profesor: Dra. Leída Matías

Por Ricardo Rivera Martínez

Cayey PR. 00737
Abril 8, 2023

Almeida Sampaio, Thiago Pacheco, Renê Cabral Jorge, Daniel Santos Martins, Lucas Marques Gandarela, Sarah Hayes-Skelton, Márcio Antonini Bernik, and Francisco Lotufo-Neto. 2020. "Efficacy of an Acceptance-Based Group Behavioral Therapy for Generalized Anxiety Disorder." *Depression and Anxiety*, April. <https://doi.org/10.1002/da.23021>

Este estudio evaluó si una terapia conductual de grupo basada en la aceptación (ABBT), la cual combina la plena conciencia (un método para conseguir la atención plena, centrándonos en lo que está sucediendo "aquí y ahora",) y estrategias de exposición, pueden mejorar el resultado clínico, en comparación con una terapia de grupo de apoyo no directiva (NDST) estándar. Se llevó a cabo un ensayo clínico aleatorio controlado que incluía 10 sesiones de ABBT o 10 sesiones de NDST que fueron completadas en un periodo de 14 semanas. En el estudio participaron 92 personas (18-65 años) con diagnóstico primario de TAG. La evaluación diagnóstica se llevó a cabo utilizando el MINI (entrevista diagnóstica estructurada que explora trastornos psiquiátricos) para el DSM-IV entre septiembre del 2015 y febrero del 2016, de forma presencial, por psiquiatras y psicólogos entrenados en la administración del instrumento. Este estudio me provee conocimiento adicional sobre las herramientas disponibles para el manejo de la ansiedad, en este caso sobre el TAG. Una limitación del estudio fue la falta de una herramienta de evaluación para valorar la calidad de las intervenciones realizadas. En conclusión, ambas terapias mostraron buenos resultados clínicos, pero los participantes del grupo ABBT mejoraron más rápidamente.

Bostan, C. M., Maricuțoiu, L. P., & Constantin, T. (2018). Successful management of automatic dysfunctional thoughts in the context of negative emotions. *Anxiety, Stress, & Coping*, 31(6), 686–701. <https://doi.org/10.1080/10615806.2018.1518634>

El artículo trata de un estudio sobre las sobrecargas cognitivas y afectivas que desencadenan con los pensamientos disfuncionales automáticos (ADT en inglés) y como estos impactan el desempeño voluntario. La información utilizada fue el producto de un diario en línea que completaron unos 38 participantes, el cual actualizaron el mismo no menos 10 veces en un periodo de 40 semanas. Esto con el propósito de valorizar sus experiencias emocionales acerca de sus pensamientos y el éxito percibido de la gestión de las ADT. El reconocimiento del manejo de esta condición, que impacta adversamente el desempeño de las personas en cualquier contexto, sea laboral, familiar y en la iglesia, es relevante para el trabajo que estaré

desarrollando. Una limitación del estudio fue el sesgo de deseabilidad social debido a que los participantes se calificaron subjetivamente a sí mismos. El estudio concluyó que la baja intensidad emocional y el intento de control, predicen mejor la gestión de los ADT, que la ocurrencia de la emoción negativa en un contexto familiar no es un predictor significativo a diferencia del contexto laboral y que los resultados sugieren que las personas experimentan una menor gestión de los ADT cuando no son conscientes de sus emociones.

Eilert, N., Enrique, A., Wogan, R., Mooney, O., Timulak, L., & Richards, D. (2020). The effectiveness of Internet-delivered treatment for generalized anxiety disorder: An updated systematic review and meta-analysis. *Depression and Anxiety*.
<https://doi.org/10.1002/da.23115>

En este estudio los autores querían brindar una nueva mirada a las opciones de tratamiento disponibles en Internet y validar su eficacia para tratar los síntomas del trastorno de ansiedad generalizada (TAG). Este consistió en una búsqueda bibliográfica sistemática de artículos en cuatro bases de datos electrónicas destacadas: Embase, PubMed, PsychINFO y Cochrane. La búsqueda se llevó a cabo primero en el mes de diciembre de 2018 y otra búsqueda más actualizada en abril del 2020, esto con el propósito de evaluar el riesgo de sesgo y calcular en el postratamiento y el seguimiento. La relevancia del estudio para mi trabajo es el reconocimiento de la eficacia de los tratamientos por Internet para atender el trastorno de ansiedad y su importancia en el contexto de la limitación de profesionales de la salud que tratan estas condiciones. Una limitación del estudio fue que este se basó únicamente en un número bastante reducido de estudios y no se incluyeron comparaciones dentro de los grupos. El estudio concluye que las intervenciones a través de Internet son una opción viable para el tratamiento y que deben ser consideradas por los médicos. intervención para seguir desarrollando, mejorando y difundiendo las intervenciones a través de Internet.

Herres, J., Caporino, N. E., Cummings, C. M., & Kendall, P. C. (2018). Emotional reactivity to daily events in youth with anxiety disorders. *Anxiety, Stress, & Coping*, 31(4), 387–401. <https://doi.org/10.1080/10615806.2018.1472492>

El estudio presentado en este artículo examinó la reactividad emocional diaria auto informada ante acontecimientos negativos y positivos y su relación con la regulación emocional informada por los padres de jóvenes que recibían terapia cognitivo-conductual (TCC) para la ansiedad. La muestra estaba formada por 68 jóvenes (60% mujeres; edades comprendidas entre los 6 y los 17 años) que buscaban tratamiento para la ansiedad en una clínica ambulatoria especializada de una universidad. Los participantes y sus padres completaron una entrevista diagnóstica y medidas de autoinforme. Una vez iniciado el tratamiento, se pidió a los participantes que completaran las evaluaciones diarias del diario durante ocho tardes para evaluar su reactividad emocional. Este artículo es muy útil para mi investigación ya que los autores sugieren el uso de la TCC en jóvenes con mucha ansiedad por acontecimientos negativos porque es muy efectiva. Algunas limitaciones fueron: la muestra estaba formada por jóvenes que buscaban tratamiento para trastornos de ansiedad y eran principalmente blancos y procedían de familias de clase media (no pueden generalizarse a otros grupos). El estudio concluyó que la TCC puede ser eficaz para reducir las emociones negativas después de eventos negativos diarios recientes entre los jóvenes ansiosos (Silk et al., 2017).

Jurin, T., & Biglbauer, S. (2018). Anxiety sensitivity as a predictor of panic disorder symptoms: a prospective 3-year study. *Anxiety, Stress, & Coping*, 31(4), 365–374. <https://doi.org/10.1080/10615806.2018.1453745>

El estudio examino la validez de la sensibilidad a la ansiedad (SA), que es el miedo a los síntomas de ansiedad basado en creencias sobre las consecuencias peligrosas de tres grupos de síntomas: físicos, psicológicos y sociales; y sus dimensiones en la predicción prospectiva de la aparición del trastorno de pánico. El estudio fue prospectivo donde se preguntó inicialmente a los participantes sin antecedentes de trastornos mentales y físicos sobre la SA y la ansiedad rasgo y, tres años después, se les preguntó sobre la aparición de síntomas de trastorno de pánico. El artículo es relevante para el trabajo de investigación porque presenta como aquellas personas con sensibilidad a la ansiedad, sino son tratadas adecuadamente pueden llegar a sufrir trastornos

como ataques de pánicos que afectaran su diario vivir. Una de las limitaciones del estudio fue el pequeño tamaño del grupo que experimentaba síntomas de trastorno de pánico limitó la potencia estadística del análisis. El estudio contribuye en la comprensión del SA como factor de riesgo prospectivo de los síntomas del trastorno de pánico independientemente de la ansiedad rasgo. Además, demuestra la eficacia de las intervenciones cognitivo-conductuales para reducir la SA y disminuir el riesgo de un trastorno de pánico.