

La desensibilización sistemática: una revisión teórica sobre la técnica (1983-1994)

M. Borda*, M. A. Pérez*, M. E. Sánchez de Iburgüen**, A. Blanco***

Resumen

Objetivos. En el presente artículo se realiza una revisión acerca de las publicaciones sobre la técnica de Desensibilización Sistemática durante el período de tiempo 1983-1994. Se presenta un análisis de productividad (por años, países y autores) y un análisis de materias (por revistas y áreas temáticas).

Método. Se utiliza la base computarizada del Psychological Abstracts y las palabras claves Desensibilización Sistemática, Terapia de Conducta, Revisión.

Resultados y Conclusiones. 1. La producción más extensa se centra en el período entre 1983 y 1988. 2. U.S.A. es el país con mayor número de publicaciones y Journal of Behaviour Therapy and Experimental Psychiatry la revista de psicología con más trabajos referidos a esta técnica. 3. Los autores más productivos son N. Mc Conaghy y I.M. Marks. 4. El área temática de preferencia es trastornos de ansiedad, especialmente las fobias específicas y la agorafobia.

Palabras clave. Desensibilización sistemática. Terapia de conducta. Revisión.

Abstract

Objectives. This is a review of the literature concerning to the Systematic Desensitization technique, during the period of 1983-1994. An analysis of productivity and subject matter is presented (considering date of publication, authors and country of origin), and topics (considering the publishing journal and the particular topic the article deals with).

Methods. We searched articles containing the key words Systematic Desensitization, Behaviour Therapy and Review in the computerized data base Psychological Abstracts.

Results and Conclusions. 1. The most productive period is during 1985 and 1988. 2. The most productive country is U.S.A. and Journal of Behaviour Therapy and Experimental Psychiatry the journal that published more articles with this technique. 3. The most productive authors are N. Mc Conaghy and I.M. Marks. 4. The topic of preference is anxiety disorders, concretely the specific phobics and the agoraphobia.

Key Words. Systematic desensitization. Behavior therapy. Review.

Introducción

La desensibilización sistemática es una de las técnicas conductuales más investigada y más utilizada por los psicólogos en la clínica (Turner, 1991).

* Profa. Asociada

** Colaboradora

*** Catedrático de Universidad

Ha demostrado ser una técnica de tratamiento eficaz en problemas en los que la ansiedad es el componente principal, por ejemplo, en la mayoría de las fobias (en niños y adultos) (Williams, Turner y Peer, 1985) la agorafobia (Chambless, 1989), la asistencia al dentista (Krochak, 1991) y la ansiedad ante los exámenes (Dryden, Dancey y Goldsmith, 1990), en ciertos comportamientos compulsivos (Mc Conaghy, 1991), en las dificultades en el contacto social (Cappe y Alden, 1986), en diferentes tipos de disfunciones sexuales (Jarrousse y Poudat, 1986), en el asma (Peper y Tibbetts, 1992), e incluso en el trastorno de estrés postraumático como estrategia para superar los miedos asociados al hecho traumático (Marks, 1987).

La técnica de *desensibilización sistemática* está dirigida, fundamentalmente, a reducir la respuesta de ansiedad y a eliminar la conducta de evitación asociada al estímulo fóbico (Cruzado, Labrador y Muñoz, 1993).

El objetivo de la revisión bibliométrica presentada en este estudio es obtener una visión global de los trabajos realizados en terapia de conducta publicados en las principales revistas de la especialidad en el período comprendido entre los años 1983 y 1994.

Se ofrece información sobre dos aspectos: análisis de productividad (producción anual, productividad de los países y productividad de los autores) y análisis de materias (revistas más productivas y áreas temáticas).

Método

Deben definirse la Desensibilización Profesoras...

Para la obtención del material básico de trabajo se ha procedido a la búsqueda exhaustiva de los artículos publicados en las revistas más destacadas especializadas en psicología en la última década. La fuente de procedencia es la base computarizada del *Psychological Abstracts* (base en la que se recoge casi exclusivamente trabajos de Psicología y mayormente de procedencia americana). Las palabras claves introducidas son: *Systematic Desensitization, Behaviour Therapy y Review*.

Análisis y resultados

Los resultados presentados a continuación se clasifican en dos apartados:

1. *Análisis de productividad*: Incluye información acerca de: a) el número de artículos por años publi-

cados sobre la técnica estudiada, b) los países de mayor producción, y c) los autores que publican más trabajos realizados con la *desensibilización sistemática*.

2. *Análisis de materias*: Ofrece información acerca de las revistas de psicología con mayor número de publicaciones referidas a trabajos llevados a cabo con la *desensibilización sistemática*. Además, incluye la áreas temáticas o los campos de mayor aplicación.

1. Análisis de productividad

El número de artículos publicados en la base *Psychological Abstracts* en el período 1983-1994 sobre estudios llevados a cabo con la técnica de *desensibilización sistemática* asciende a 313 trabajos.

Al realizar la distribución de la producción anual (Tabla I), se observa una producción superior en los seis primeros años, con el 70% de la producción total. Los años de mayor número de publicaciones son 1985 y 1988, con 47 y 45 trabajos, respectivamente (15,01% y 14,38%); una proporción sustancial de estos se refiere a aspectos teóricos relacionados con la técnica tratada, por ejemplo, el papel de la *desensibilización sistemática* en el manejo de la ansiedad, la efectividad comparativa de diferentes tratamientos (farmacológicos, cognitivos, conductuales, hipnosis) para reducir la ansiedad, el empleo de las técnicas aversivas, el papel de las expectativas en la eficacia de la *desensibilización sistemática*, etc. Por otro lado, desde la perspectiva

TABLA I

Producción anual

| Año | Nº de artículos | Porcentaje |
|--------------|-----------------|-------------|
| 1983 | 38 | 12,14% |
| 1984 | 39 | 12,46% |
| 1985 | 47 | 15,01% |
| 1986 | 22 | 7,03% |
| 1987 | 28 | 8,95% |
| 1988 | 45 | 14,38% |
| 1989 | 18 | 5,75% |
| 1990 | 17 | 5,43% |
| 1991 | 22 | 7,03% |
| 1992 | 14 | 4,47% |
| 1993 | 9 | 2,87% |
| 1994 | 14 | 4,47% |
| Total | 313 | 100% |

clínica, es el campo de las fobias y la agorafobia el tema preferente de los autores en sus publicaciones.

Respecto a la producción de artículos en los diferentes países, U.S.A. se sitúa a la cabeza de publicaciones, con el 52,39% de la publicación total de artículos (Tabla II). Una proporción considerable de estos trabajos describen la labor llevada a cabo en el tratamiento de las fobias específicas. A lo largo de la década, se observa una mayor diversidad de países con producción con la aplicación de la técnica; es decir, si en los primeros años se muestra U.S.A. como el país casi exclusivo de publicaciones, en los años 90 aparece un abanico mayor de países que publican (en una proporción similar) artículos con la utilización de la *desensibilización sistemática* (por ejemplo, Canadá, Inglaterra y Australia).

TABLA II

Producción por países

| País | Nº artículos | Porcentaje |
|-----------------|--------------|------------|
| U.S.A. | 164 | 52,39% |
| Australia | 25 | 7,99% |
| Inglaterra | 24 | 7,67% |
| Canadá | 13 | 4,15% |
| Suecia | 13 | 4,15% |
| Sin especificar | 13 | 4,15% |
| India | 10 | 3,19% |
| Alemania | 9 | 2,87% |
| Israel | 7 | 2,24% |
| Italia | 6 | 1,92% |
| Bélgica | 4 | 1,28% |
| España | 4 | 1,28% |
| Holanda | 4 | 1,28% |
| Nigeria | 4 | 1,28% |
| Japón | 4 | 1,28% |
| Escocia | 2 | 0,64% |
| Francia | 2 | 0,64% |
| México | 2 | 0,64% |
| Noruega | 1 | 0,32% |
| Rusia | 1 | 0,32% |
| Turquía | 1 | 0,32% |
| 20 | 313 | 100% |

Un tercer dato de interés es la producción de los autores. En la revisión aparece un total de 551 autores, con diferencias significativas en la cantidad de trabajos publicados (Tabla III). Así, el 88,38% de

los autores publican un único artículo. Frente a esta proporción, existe un grupo de 5 autores con una producción más extensa (Tabla IV).

TABLA III

Productividad de los autores

| Nº de autores | Nº de artículos | Porcentaje |
|---------------|-----------------|------------|
| 487 | 1 | 88,38% |
| 43 | 2 | 7,80% |
| 16 | 3 | 2,90% |
| 1 | 5 | 0,18% |
| 2 | 6 | 0,36% |
| 2 | 8 | 0,36% |
| 551 | 313 | 100% |

TABLA IV

Autores más productivos

| Autores | N | Firmas/trabajo | | | | | IC (*) |
|--------------------|---|----------------|----|----|----|----|--------|
| | | 0 | 1° | 2° | 3° | 4° | |
| Thyer, B.A. | 5 | 1 | 2 | 2 | 0 | 0 | 1,20 |
| Blaszczynski, C.G. | 6 | 0 | 0 | 3 | 3 | 0 | 2,50 |
| Öst, L.G. | 6 | 1 | 3 | 0 | 1 | 1 | 1,66 |
| Marks, I.M. | 8 | 1 | 1 | 3 | 2 | 1 | 2,12 |
| Mc Conaghy | 8 | 2 | 6 | 0 | 0 | 0 | 0,75 |

(*) El índice de colaboración (IC) se calcula mediante la suma del número de trabajos realizados por el dígito correspondiente al lugar que ocupa (1 en caso de 1º firmante, 2 en 2º firmante, etc., excepto en solitario que se multiplica por 0). El total de la operación se divide por el número de trabajos publicados por el autor

El autor con mayor producción es N. Mc Conaghy. Es el director del equipo de investigación del Hospital Príncipe de Gales en la Sección de Psiquiatría de la Escuela de Nueva Gales del Sur, en Randwick (Australia). Colabora en su equipo A. Blaszczynski (cuarto autor de producción más extensa) aunque parte de sus publicaciones las realiza en solitario. En los primeros años, ambos autores orientan sus investigaciones en torno a los trastornos de ansiedad, concretamente acerca de la utilización de la *desensibilización sistemática* en la agorafobia y el trastorno obsesivo compulsivo. La conclusión más relevante extraída por estos autores es que la *desensibilización sistemática* ejerce

un efecto más deseable (en comparación con las técnicas aversivas), ya que contribuye a reducir la conducta agorafóbica y eliminar los rituales compulsivos, sin producir las sensaciones desagradables de la estimulación aversiva (Mc Conaghy, 1983; Mc Conaghy, Armstrong, Blaszczynski y Allcock, 1983).

A partir del año 1988, N. Mc Conaghy y A. Blaszczynsky centran la atención, preferentemente, en el tratamiento del juego patológico. En las investigaciones, ponen a prueba la eficacia de la *desensibilización sistemática en imaginación* como parte integrante del programa de intervención (Báez, Borda, Salaberría y Echeburúa, 1995). Las conclusiones más destacables extraídas en esta dirección son: por un lado, a la hora de diseñar el programa de tratamiento, es importante tener en cuenta tanto la respuesta fisiológica de ansiedad del paciente como el control de los estímulos del entorno para aumentar la efectividad de la intervención en la conducta patológica y, por otro lado, la *desensibilización sistemática* (en combinación con otros procedimientos conductuales) contribuye a aumentar la efectividad del control de la conducta compulsiva (Mc. Conaghy, 1991).

I.M. Marks es el segundo autor en producción de artículos con el empleo de la técnica de la *desensibilización sistemática*. Pertenece a la Universidad de Londres (Inglaterra), si bien algunos de los trabajos realizados en colaboración con A. Ghosh y A.C. Carr se llevan a cabo en el Hospital de San David, en Carmarthen (Inglaterra) y en el Departamento de Psiquiatría del Hospital General de Hamilton (Canadá).

El área de mayor consideración para I.M. Marks es el tratamiento de las fobias y del trastorno obsesivo compulsivo. En las investigaciones compara la eficacia de diversas modalidades terapéuticas. Así, por ejemplo, compara la eficacia diferencial de la *desensibilización sistemática* frente a la inundación en 28 pacientes fóbicos crónicos. Ambas modalidades resultan efectivas, aunque la *desensibilización sistemática* es más tolerable y provoca un malestar más leve en comparación con la inundación (Yuksel, Marks, Ramm y Ghosh, 1984).

En el año 1988 publica los resultados de la investigación llevada a cabo con 84 fóbicos crónicos a los que sometió a una de las tres modalidades siguientes: *desensibilización sistemática* dirigida por un terapeuta, *desensibilización sistemática* mediante ordenador o ambas modalidades conjuntas. Los resultados no mostraron diferencias significativas entre los tres grupos; sin embargo, se consideraba al terapeuta como más tolerante, seguro y comprensivo en comparación con el ordenador (Ghosh,

Marks y Carr, 1988). Efectos similares obtuvo en otro estudio realizado con 20 fóbicos, en el que obtuvo una mejoría entre el 75% y el 80% con ambas modalidades (con ordenador o con terapeuta), lo que hace plantearse la posibilidad de orientar a los pacientes hacia una intervención sin dirección del terapeuta, con unos resultados similares en cuanto a eficacia (Carr, Ghosh y Marks, 1988).

Otra línea de investigación hace referencia al efecto de los antidepresivos (clomipramina) en el tratamiento de los trastornos obsesivo compulsivos. En este sentido, cabe destacar la eficacia superior de la exposición a largo plazo; en cambio, el fármaco únicamente se mostró efectivo durante el período de administración, sin mantenerse los beneficios adquiridos en los meses siguientes al consumo (O'Sullivan, Noshirvani, Marks, Monteiro et al, 1991).

El tercer autor con mayor número de publicaciones es L.G. Öst. Realiza los trabajos de investigación en el Hospital Ulleraker de Uppsala (Suecia). Las áreas de mayor atracción son el tratamiento de la agorafobia y la fobia a la sangre.

Por lo que se refiere a los estudios sobre el tratamiento de la agorafobia (realizados entre los años 1984 y 1986), estos resaltan el interés de L.G. Öst por evaluar el patrón específico de respuesta de los pacientes al aplicar la *desensibilización sistemática* y la relajación aplicada. La conclusión más relevante es que el programa de tratamiento utilizado produce una mejoría en torno al 60%, respecto a la fase anterior al tratamiento, en los diferentes tipos de respuesta del individuo.

Otra línea de investigación es el tratamiento de la fobia a la sangre. La aportación más destacable es el desarrollo de la técnica de la "tensión aplicada" (Öst, Fellenius y Sterner, 1991). Al determinar la eficacia diferencial de la "tensión aplicada" con la exposición, a largo plazo, se observa una mejoría del 100% con la "tensión aplicada" frente al 90% con la exposición. En este sentido, L.G. Öst señala que la exposición no es un elemento necesario para el tratamiento de la fobia a la sangre, sino el aprendizaje de estrategias de afrontamiento adecuadas (Borda, Antequera y Blanco Picabia, 1994).

En la misma línea, en 1992, en la investigación realizada con 39 pacientes con fobia a las inyecciones obtiene una eficacia superior de la exposición gradual en el tratamiento consistente en una sesión de larga duración (3 horas) frente a varias sesiones de duración menor; es decir, las exposiciones prolongadas a los estímulos fóbicos ofrece más ventajas, tanto para el paciente en cuanto al coste económico como para el terapeuta de cara a la inver-

sión de tiempo de dedicación al paciente (Öst, Hellstrom y Kaver, 1992).

El último autor a describir es B.A. Thyer. Los rasgos más destacables de este autor son: a) La producción más extensa se sitúa, preferentemente, en torno a los años 1983-1986, b) El aspecto de mayor interés es comprobar la efectividad de la *desensibilización sistemática* aplicada a los trastornos de ansiedad y los trastornos fóbicos. En este sentido, señala que la terapia de exposición es el método de elección para la mayoría de los trastornos, incluso en personas discapacitadas (Thyer y Stocks, (1986), c) Se observa una tendencia a publicar en solitario o, a lo sumo, en colaboración con otro autor, d) Los trabajos llevados a cabo reflejan la labor desempeñada en diversos centros de investigación, sin estar vinculado a una única universidad o centro hospitalario, y e) A partir de 1988 no aparecen artículos con publicaciones de este autor acerca del empleo de la técnica de la *desensibilización sistemática*.

2. Análisis de materias

El análisis de materias consiste, por un lado, en determinar la revista de preferencia de los autores para publicar los resultados de su trabajo y, por otro, clasificar los artículos por temas afines o áreas temáticas.

Por lo que se refiere a la productividad de las revistas, en la Tabla V se presentan los resultados del número total de revistas y el número de trabajos publicados en cada una. El número total de revistas

asciende a 128, con diferencias cualitativas entre ellas. Así, se observa la existencia de 83 revistas con una única publicación acerca de la aplicación de la *desensibilización sistemática* (64,84%). Además, existe otro grupo de revistas (concretamente 39) con un número escaso de publicaciones (entre 2 y 6 artículos) con el 30,47% de la producción total de los trabajos. Frente a esta proporción, se da la existencia de 6 revistas con una producción más rica sobre la técnica citada (4,69%).

La revista con el mayor número de publicaciones es *Journal of Behaviour Therapy and Experimental Psychiatry*, con 32 trabajos. El año 1983 se sitúa a la cabeza con 7 artículos (24,14%) sobre el tratamiento de diferentes fobias (a las alturas, a volar, a conducir) y trastornos (motores, agorafobia, alteraciones urinarias). En segunda posición se encuentra el año 1991 con 6 artículos (20,69%), 2 sobre aspectos teóricos relacionados con la *desensibilización sistemática* (33,33%), 2 acerca de alteraciones en las funciones urinarias (33,33%) y otros 2 sobre el trastorno de estrés postraumático (33,33%). Por otro lado, esta revista refleja la utilización de la *desensibilización sistemática* en diferentes tipos de fobias específicas: a volar, fobia dental, al agua, a las serpientes, a estímulos internos, a espacios cerrados, etc., así como a otros trastornos (motores, bulimia, pesadillas nocturnas, etc.).

Otra revista con una producción considerable es *Behaviour Research and Therapy* con 20 artículos. Esta revista destaca, fundamentalmente, por la publicación de 6 artículos acerca de la aplicación de la *desensibilización sistemática* al síndrome agorafóbico (30%) y 3 trabajos al tema de la fobia a la sangre y dental (15%). Los artículos restantes corresponden, en general, a diversas fobias específicas (al agua, a las arañas, a las alturas, etc.). 1985 es el año con mayor número de publicaciones (5 trabajos) todas ellas correspondientes a áreas diferentes de aplicación de la *desensibilización sistemática*.

La tercera revista más importante es *Behaviour Therapy* con 13 artículos de los cuales 3 corresponden al tratamiento de la agorafobia (23,07%) y 2 al del trastorno de estrés postraumático (15,38%). Los años con mayor número de publicaciones son 1988 y 1989 y el área de aplicación preferente el síndrome agorafóbico y el PTSD.

Finalmente, las otras revistas, *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, *British Journal of Psychiatry*, y *Behavioral Psychotherapy*, con 12, 10 y 7 artículos, respectivamente, publican los trabajos de los diferentes autores con la aplicación de la *desensibilización sistemática* al trastorno fóbico, sin

TABLA V

Revistas más productivas

| Revistas | Nº de artículos | Porcentaje |
|--|-----------------|------------|
| Journal of Behaviour Therapy and Experimental Psychiatry | 32 | 25,00% |
| Behaviour Research and Therapy | 20 | 15,62% |
| Behaviour Therapy | 13 | 10,15% |
| Journal of Consulting and Clinical Psychology | 12 | 9,37% |
| British Journal of Psychiatry | 10 | 7,81% |
| Behavioral Psychotherapy | 7 | 5,47% |
| Otras | 34 | 26,56% |
| 128 | 313 | 100% |

observarse (en general) predilección por una fobia concreta. En *Behavioral Psychotherapy* no aparecen trabajos publicados con esta técnica a partir del año 1989.

En resumen, el trastorno sobre el que más información se ha escrito con la aplicación de la técnica de *desensibilización sistemática* es la agorafobia (entre los años 1983 y 1990) y la revista con más trabajos publicados es *Behaviour Research and Therapy*. En segundo lugar aparece el trastorno de estrés postraumático. A diferencia de la agorafobia, en el PTSD la mayor producción se alcanza entre los años 1989 y 1993 y la revista con más trabajos publicados es *Journal of Behaviour Therapy and Experimental Psychiatry*.

El último aspecto estudiado en este artículo es el campo de aplicación o área temática de los diversos trabajos. En la Tabla VI se observa la distribución de los mismos atendiendo al tema tratado. Así, 34 artículos (10,86%) plantean aspectos teóricos relacionados con la *desensibilización sistemática*, 74 artículos (23,64%) a la aplicación de la *desensibilización sistemática* a diversos trastornos (trastornos sexuales, trastornos del control de impulsos, trastornos de la conducta alimentaria, alteraciones del sueño, retención urinaria, etc.) y 205 artículos (65,49%) hacen referencia a la utilización de la técnica de *desensibilización sistemática* en el campo de los trastornos de ansiedad. El trastorno fóbico se sitúa a la cabeza de los trastornos por ansiedad con 104 trabajos (52%). En segundo lugar, el trastorno agorafóbico con 31 estudios (15,12%) y, a continuación, el trastorno de ansiedad generalizada con 24 artículos (11,07%). Junto a estas cifras, 14 artículos

(6,82%) se refieren a investigaciones con pacientes ansiosos o fóbicos, sin especificar.

Por lo que se refiere a los estudios llevados a cabo con la aplicación de la técnica de *desensibilización sistemática* a las fobias específicas, las conclusiones más relevantes extraídas son:

1. De los artículos analizados, aproximadamente un tercio de ellos hacen un mayor hincapié en la respuesta de ansiedad; es decir, en la activación psicofisiológica asociada a diversas situaciones, por ejemplo, acudir al dentista, montar en avión, diversos aspectos relacionados con las situaciones sociales (hablar en público, comunicarse, al contacto ocular), ansiedad ante los exámenes y miedo a la muerte, y el resto de las publicaciones se refieren a la conducta de evitación en relación al estímulo fóbico.

2. Las fobias específicas más representadas en los trabajos son: la fobia a la sangre, las inyecciones y al dentista, la fobia a los animales (perros, arañas y serpientes) y la fobia a los espacios cerrados.

3. Los trabajos realizados sobre la fobia a la sangre, las inyecciones y al dentista presentan la labor llevada a cabo por los investigadores, en la mayoría de los casos, con muestras entre 10 y 38 sujetos, salvo en 4 artículos que son estudios de caso único. La técnica básica que se describe es la *desensibilización sistemática*, bien en combinación con otras estrategias (hipnosis, relajación, psicoanálisis, modelado, biofeedback electromiográfico) o bien para determinar la eficacia diferencial respecto a otras técnicas. Por lo que se refiere a los resultados, 8 de los trabajos (61,4%) reflejan la mejoría obtenida con la *desensibilización sistemática* (en el resto no se especifican los resultados) con datos del mantenimiento de los beneficios obtenidos hasta los 18 meses de seguimiento. Es escasa la información acerca del número de sesiones empleadas en el tratamiento.

4. En cuanto a las publicaciones acerca de la fobia a los animales, concretamente a los perros, las arañas y las serpientes, la muestra de sujetos oscila entre 30 y 140, por un lado, y entre 1 y 6, por otro. La *desensibilización sistemática* se utiliza, en la mayoría de los casos, como estrategia única, salvo en la aplicación con niños (D.S. por contacto con asesoramiento a la familia) o en un estudio que se combina con fármacos. La mejoría (en los artículos en que se especifica) es significativa tras el tratamiento, si bien es escasa la información acerca de la evolución seguida por los sujetos.

5. Un tercer grupo de artículos hacen referencia a la claustrofobia o fobia a los espacios cerrados

TABLA VI

Áreas temáticas

| Área temática | Nº de artículos | Porcentaje |
|--------------------------------|-----------------|------------|
| Aspectos teóricos | 34 | 10,86% |
| Trastornos por ansiedad: | 205 | 65,49% |
| – T. fóbico | 104 | |
| – Agorafobia | 31 | |
| – T. ansiedad generalizada | 24 | |
| – T. por estrés postraumático | 22 | |
| – T. por ansiedad (en general) | 14 | |
| – T. obsesivo compulsivo | 10 | |
| Otros trastornos | 74 | 23,64% |
| 128 | 313 | 100% |

(caretas antiguas, aparatos de biofeedback, Skanner, etc.). Estos trabajos describen el tratamiento de la fobia con la utilización de la relajación y la *desensibilización sistemática* aplicada a muestras reducidas, 1 ó 2 sujetos. No obstante, la información aportada es escasa; no especifica resultados, o, en aquellos trabajos que presentan los datos del postratamiento, no señalan la evolución de los pacientes a largo plazo.

6. La utilización de la *desensibilización sistemática* en la fobia específica ha seguido una evolución a destacar. Entre los años 1983 y 1985 se publican 13, 10 y 10 artículos, respectivamente, aplicada a diversas fobias (a escalar, a conducir, a volar, al dentista, a la sangre, etc.); entre los años 1986 y 1991 desciende la media de trabajos (entre 6 y 9 artículos por año) y se aplica, básicamente, a la fobia a la sangre, a los animales y a los espacios cerrados y, finalmente, en los años 1992 y 1993, se escribe 3 y 4 artículos, respectivamente, y se restringe la aplicación a la fobia a los animales, al agua, a la sangre y a los espacios cerrados.

7. Los trabajos descritos con la aplicación de la *desensibilización sistemática* ponen de manifiesto la efectividad de esta técnica en el campo de los trastornos fóbicos. Sin embargo, a partir de la revisión realizada en el presente trabajo, no es posible determinar la eficacia de la *desensibilización sistemática* tras un período de seguimiento razonable.

Conclusiones

Las conclusiones obtenidas tras el análisis bibliométrico son las siguientes:

1. El número total de artículos publicados entre los años 1983 y 1994 es de 313, que supone un 10,75% sobre el total de trabajos descritos en terapia de conducta.
2. La producción más extensa se centra en el periodo entre 1983 y 1988, siendo 1985 y 1987 los años de mayor productividad.
3. U.S.A. figura a la cabeza de los países con mayor número de artículos publicados. El tema de preferencia es el tratamiento de las fobias específicas.
4. Los autores más productivos son N. Mc Conaghy y I.M. Marks, ambos con 8 trabajos. El área preferente de aplicación de Mc Conaghy es la agorafobia, el trastorno obsesivo compulsivo y el juego patológico. Marks se centra en las fobias y el trastorno obsesivo compulsivo.
5. La revista de Psicología con más trabajos acerca de la técnica de *desensibilización sistemática*

es *Journal of Behaviour Therapy and Experimental Psychiatry*, con un porcentaje importante de artículos sobre el tratamiento de diferentes fobias (a conducir, a volar, etc.).

6. El área temática de preferencia es el trastorno por ansiedad, especialmente las fobias específicas y la agorafobia.

Bibliografía

- BAEZ, C.; BORDA, M.; SALABERRIA, K.; ECHEBURUA, E.: (1995, en prensa). *El juego patológico. Un análisis bibliométrico (1974-1994)*. *Psicothema*.
- BORDA, M.; ANTEQUERA, R.; BLANCO PICABIA, A.: *La exposición gradual en vivo y la "tensión aplicada" en el tratamiento de la fobia a la sangre*. *Anales de Psiquiatría*, 1994; 8:302-307.
- CAPPE, R. F.; ALDEN, L. E.: *A comparison of treatment strategies for clients functionally impaired by extreme shyness and social avoidance*. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 1986; 54:796-801.
- CARR, A. C.; GHOSH, A.; MARKS, I. M.: *Computer supervised exposure treatment for phobias*. *Canadian Journal of Psychiatry*, 1988; 33:112-117.
- CHAMBLESS, D. L.: *Measurement effects on outcome of treatment for agoraphobia*. *Behavior Therapy*, 1989; 20:465-466.
- CRUZADO, J. A.; LABRADOR, F. J.; MUÑOZ, M.: *Desensibilización sistemática*. En F. J. Labrador, J. A. Cruzado y M. Muñoz (Eds.). *Manual de técnicas de modificación y terapia de conducta*. Madrid. Pirámide. 1993.
- DRYDEN, W.; DANCEY, CH.; GOLDSMITH, P.: *The status of expectancy arousal theory: Comparative credibility of systematic desensitization and rational-emotive therapy in the treatment of anxiety about study*. *Psychological Reports*, 1990; 66:803-809.
- GHOSH, A.; MARKS, I. M.; CARR, A. C.: *Therapist contact and outcome of self exposure treatment for phobias: A controlled study*. *British Journal of Psychiatry*, 1988; 152, 234-238.
- JARROUSSE, N.; POUDAT, F. X.: *Le vaginisme: Prise en charge thérapeutique: Flooding ou desensibilisation systematique?* *Psychologie Medicale*, 1986; 18:771-772..
- KROCHAK, M.: *The difficult denture patient*. *International Journal of Psychosomatics*, 1989; 38:58-62.
- MARKS, I. M.: *Nightmares*. *Integrative Psychiatry*, 1987; 5:71-73.
- MC CONAGHY, N.: *Agoraphobia, compulsive behaviour completion mechanisms*. *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*, 1983; 17:170-179.

- MC CONAGHY, N.: A pathological or a compulsive gambler? *Journal of Gambling Studies*, 1991; 7:143-151.
- MC CONAGHY, N.; ARMSTRONG, M. S.; BLASZCZINSKY, A.; ALLCOCK, C.: Controlled comparison of aversive therapy and imaginal desensitization in compulsive gambling. *British Journal of Psychiatry*, 1983; 142:366-372.
- ÖST, L. G.; FELLENIUS, J.; STERNER, U.: Applied tension, exposure in vivo, and tension only in the treatment of blood phobia. *Behaviour Research and Therapy*, 1991; 29:561-574.
- ÖST, L. G.; HELLSTROM, K.; KAVER, A.: One versus five sessions of exposure in the treatment of injection phobia. *Behaviour Therapy*, 1992; 23:263-282.
- O'SULLIVAN, G.; NOSHIRVANI, H.; MARKS, I. M.; MONTEIRO, W. et al.: Six-year follow-up after exposure and clomipramine therapy for obsessive compulsive disorder. *Journal of Clinical Psychiatry*, 1991; 52:150-155.
- PEPER, E.; TIBBETTS, V.: Fifteen-month follow-up with asthmatics utilizing EMG incentive spirometer feedback. *Biofeedback and Self Regulation*, 1992; 17:55-64.
- THYER, B. A.; STOCKS, J. T.: Exposure therapy in the treatment of a phobic blind person. *Journal of Visual Impairment and Blindness*, 1986; 80:1001-1003.
- TURNER, R. M.: La desensibilización sistemática. En V.E. Caballo (Comp.). *Manual de técnicas de terapia y modificación de conducta*. Madrid. Siglo XXI. 1991.
- WILLIAMS, S. LL.; TURNER, S. M.; PEER, D. F.: Guided mastery and performance desensitization treatments for severe acrophobia. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 1985; 53:237-247.
- YUKSEL, S.; MARKS, I. M.; RAMM, E.; GHOSH, A.: Slow versus rapid exposure in vivo of phobics. *Behavioural Psychotherapy*, 1984; 12:249-256.