



COMENTARIO LIBRO

COMMENTED BOOK

Sección coordinada por
Ana Campos (Consejo de redacción)

PROTOCOLO MULTIMEDIA PARA FOBIAS ESPECÍFICAS: EVALUACIÓN, INTERVENCIÓN Y CASOS CLÍNICOS..

El miedo siempre ha estado presente a lo largo del desarrollo de la humanidad. A pesar de ser indeseable, nos ha ayudado a combatir amenazas que pueden provocar efectos nefastos para tanto nuestra integridad física como psicológica. El miedo es pues, necesario y esencial para nuestra supervivencia. Este temor consecuente de situaciones desconocidas o subjetivamente peligrosas se adapta a medida que progresa nuestra vida y también nuestra sociedad. Sin embargo, en ocasiones, estos miedos no consiguen aclimatarse al vaivén de nuestro desarrollo y permanecen en nuestro ser.

En las fobias, el peligro no es algo plausible ni real, por lo que sentir miedo no nos suele ayudar en nuestra evolución, ni en nuestro aprendizaje, en contraposición, interrumpe nuestra vida y nos la complica. Estas se crean a partir de situaciones desagradables o ansiógenas y por alguna razón perduran a lo largo del tiempo. Tal fenómeno nos puede hacer evitar acontecimientos rutinarios como es ir al supermercado, conducir, subirnos a un ascensor, o entablar un acercamiento con animales inofensivos. La intervención sobre las fobias ha sido ampliamente estudiada en psicología, y se han consensuado los exposiciones en sus múltiples modalidades es la técnica con mayor evidencia empírica. No obstante, esta refleja un amplio conjunto de dificultades; entre ellas se encuentra el elevado porcentaje de rechazo y abandono. Este manual (1) de Antonio Ruiz y Luis Valero propone una moderna alternativa basada en la exposición progresiva multimedia, es decir, empleando la utilización de vídeos, fotografías, y simulaciones. Estas gozan de validez ecológica y se atienden

de forma más eficaz a nuestros tiempos.

Los 5 primeros capítulos se centran en la explicación de las fobias, su evaluación, y su intervención, así como técnicas basadas en la evidencia, entre ellas la ya presentada anteriormente exposición multimedia. Así mismo, los capítulos subsiguientes relatan casos ejemplificados para que los terapeutas puedan utilizar el protocolo paso a paso de forma rigurosa y estructurada. En ellos se detalla su evaluación, análisis funcional, diagnóstico basado en el DSM-5, tratamiento, resultados, e incluso seguimiento de varios años. A modo de conclusión, destacar que el uso del protocolo con esta innovadora perspectiva actualizada a nuestros tiempos, puede ayudar tanto a psicólogos clínicos como a otros profesionales de la salud, a promover la liberación de una persona que se esté sintiendo atrapada en sus miedos.

BIBLIOGRAFÍA

1. Ruiz-García, A. y Valero-Aguayo, L. (2021). Protocolo multimedia para fobias específicas. Evaluación, intervención y casos clínicos. España: Editorial Pirámide..

LA RECOMENDACIÓN

De la mano de Ruiz y Valero nos llega la esperadísima actualización de los protocolos de intervención para fobias específicas, una apetitosa obra 100% adaptada a los tiempos virtuales en los que nos encontramos y que llega para alzar y rejuvenecer las consultas españolas.

Cristina Fernández

Psicòloga. Consejo de Redaccion (colaboradora)