



La tesi doctoral de Maria Balle analitza els factors implicats en els trastorns d'ansietat en adolescents

L'estudi *Detecció i intervenció en factors de risc psicològics i psicofisiològics associats al desenvolupament de problemes d'ansietat en adolescents*, defensat a la Universitat de les Illes Balears, ha contribuït a l'explicació de les complexes associacions entre alguns factors de vulnerabilitat personal per a l'ansietat, i entre aquests factors i els seus concomitants fisiològics. També ha aportat més dades sobre l'impacte dels programes de prevenció de trastorns d'ansietat en adolescents

Palma. Febrer de 2011

La tesi doctoral de Maria Balle Cabot, defensada a la Universitat de les Illes Balears, analitza els factors de risc implicats en els trastorns d'ansietat en adolescents. L'estudi *Detecció i intervenció en factors de risc psicològics i psicofisiològics associats al desenvolupament de problemes d'ansietat en adolescents* inclou, que ha estat dirigit pel doctor Miquel R. Tortella-Feliu, professor titular del Departament de Psicologia de la UIB, també inclou l'avaluació d'un programa de prevenció de l'ansietat en adolescents que aporta dades importants sobre el seu impacte.



La investigadora Maria Balle, autora de la tesi. Foto: UIB

Els resultats obtinguts indiquen que l'afectivitat negativa –això és la tendència a experimentar un ventall d'estats emocionals negatius i a activar els sistemes motivacionals defensius– determina en gran mesura la regulació emocional negativa. S'entén per regulació emocional el conjunt de respostes que influeixen en l'experiència i l'expressió de les emocions. La tesi també aporta noves dades respecte a la detecció de subjectes en risc per al desenvolupament de trastorns d'ansietat. A més, l'avaluació del programa de prevenció ha determinat que sembla que provoca reduccions significatives en les variables de risc i de simptomatologia ansiosa de les quals han informat els adolescents en el grup d'intervenció, si bé no s'observen efectes mitjançant informació d'altre o dels pares i mares, ni psicofisiològics.

Ansietat

L'ansietat és una reacció emocional que consisteix en sentiments de tensió, nervis i preocupació davant una amenaça real o imaginària i que va acompanyada de símptomes físics com la sudoració, l'acceleració de la freqüència cardíaca i respiratòria, o la tremolor. És una resposta normal i adaptativa que prepara el cos per reaccionar davant situacions de perill. Ara bé, esdevé un problema quan aquesta emoció apareix davant perills inexistents, reals o imaginaris, de manera desproporcionada, i es perllonga al llarg del temps. Llavors, es parla de trastorns d'ansietat.



Diferents estudis han assenyalat que és durant l'adolescència –un període crític del desenvolupament en què es produeixen canvis significatius en el desenvolupament cerebral, l'endocrinologia, les emocions, les cognicions, els comportaments i les relacions interpersonals– que s'incrementa la prevalença de diagnòstics de trastorns d'ansietat. Així, la prevalença d'aquests trastorns en la població infantojuvenil oscil·la entre un 5 i un 10 per cent al llarg d'aquestes etapes, mentre que al llarg de la vida se situa en el 29 per cent aproximadament. Aquests valors són prou rellevants, especialment si es té en compte l'impacte negatiu d'aquests trastorns en el funcionament del pacient socialment, emocionalment i acadèmicament, i el probable curs crònic en els afectats. A més, l'ansietat és un factor de risc per a altres psicopatologies com la depressió.

Tot plegat ha provocat que al llarg dels darrers anys hagi augmentat l'interès per controlar els trastorns d'ansietat en edats més aviat primerenques, tant per a una millor comprensió de la seva etiologia com en un intent de prevenir-ne l'aparició, i s'han disparat així els estudis relacionats amb l'ansietat en infants i joves. És en aquest marc que s'inscriu la recerca de Maria Balle, que aplega quatre estudis que aborden algunes de les qüestions de més actualitat en l'àmbit de la psicopatologia –disciplina científica que descriu i classifica les manifestacions de la conducta desviada, especialment les causes i els factors de risc–, com són les relacions entre els factors temperamentals, els quals predisposen l'individu a reaccionar d'una forma determinada davant l'ambient que l'envolta, i el desenvolupament de trastorns emocionals. Més concretament, des de la psicopatologia evolutiva s'entén que per a l'inici de trastorns d'ansietat s'ha de donar un ampli rang de factors biològics, psicològics i socials, així com les complexes interrelacions entre ells. L'estudi d'aquests factors i la prevenció dels problemes d'ansietat en població adolescent, foren els dos pilars bàsics per a l'elaboració d'aquesta tesi.

Els objectius de la recerca de Maria Balle són diversos. El primer, al qual s'adreça el primer dels estudis que conforma la tesi, és abordar una de les llacunes més importants en la literatura científica d'aquest àmbit, com conèixer quines són les relacions entre el factor temperamental bàsic d'afectivitat negativa i els estils de regulació emocional en la determinació de la simptomatologia ansiosa i depressiva. L'afectivitat negativa, com ja s'ha avançat, s'entén com la tendència a experimentar un ampli ventall d'estats emocionals negatius, com l'ansietat o la tristesa, i sol trobar-se subjacent als trastorns emocionals. Per altra banda, la regulació emocional, com també ja s'ha comentat, fa referència a la capacitat de la persona de modular els nivells d'activació i malestar. Ambdós constructes s'han vist especialment lligats als símptomes d'ansietat i depressió, però es desconeix quin paper fa cadascun en el desenvolupament dels trastorns emocionals.

Els segon i tercer objectius, examinats als estudis dos i tres, s'adreçaven a l'anàlisi d'alguns dels concomitants psicofisiològics de l'afectivitat negativa: respostes neuroendocrina, cardíaca i electrodermíca. Entre d'altres aspectes, l'autora s'ha interessat per l'estudi de la variabilitat de la resposta cardíaca mitjançant anàlisis no lineals i l'anàlisi dels nivells de cortisol (l'hormona de l'estrès) en saliva davant condicions experimentals de laboratori potencialment generadores d'estrès o estressògenes, en què no ha estat gaire freqüent la seva anàlisi.

Programa de prevenció

Finalment, l'últim objectiu, al qual es dirigeix el quart estudi, és analitzar l'eficàcia d'un programa de prevenció breu per als adolescents en risc de desenvolupar trastorns d'ansietat. Els primers programes de prevenció per a aquest tipus de problemàtica no varen aparèixer fins a la dècada dels noranta del segle passat i, a dia d'avui, encara no disposam de gaires evidències sobre la



seva eficàcia i sobre les millors condicions d'aplicació. Per això, aquest treball cerca aportar noves dades sobre la qüestió, especialment sobre l'oportunitat de fer servir programes breus, que serien molt més eficients. En l'anàlisi de l'eficàcia del programa s'inclouen, a part de mesures d'autoinformació i heteroinformació dels pares, l'avaluació de possibles canvis en els concomitants psicofisiològics de l'afectivitat negativa.

Resultats

Els resultats obtinguts aporten noves dades en un àmbit de la psicopatologia i la teràpia de conducta en què el coneixement és, encara, relativament escàs. En el primer estudi s'observa com els estils de regulació emocional negativa estan en gran mesura determinats per l'afectivitat negativa. És a dir, els joves amb una elevada tendència a experimentar emocions negatives també tendiran a posar en marxa estils de regulació emocional disfuncionals, la qual cosa augmentarà la simptomatologia ansiosa i depressiva. Això és especialment important, ja que una comprensió més gran de les relacions entre aquestes variables permetrà dur a terme intervencions preventives més concretes, i potser més efectives. D'aquesta manera, si, com apunten els resultats obtinguts, la utilització d'estratègies de regulació emocional inadequades en joves amb elevada afectivitat negativa pot dur a una major simptomatologia ansiosa, potser les estratègies de prevenció s'haurien de dirigir principalment a modificar aquests estils de regulació emocional inadaptatius.

A partir del segon estudi, s'ha observat com diferents característiques temperamentals de vulnerabilitat a l'ansietat s'associen positivament amb el cortisol salivar abans d'una tasca potencialment estressògena. Això probablement representi un estat d'activació anticipatòria, és a dir, una elevada sensibilitat davant condicions estressants i preocupació abans del seu inici. D'aquesta manera, es pot reconèixer les persones vulnerables a l'ansietat per la seva resposta d'anticipació més que per una resposta de por exagerada davant senyals específics. Paral·lelament, l'estudi mostra que l'estil de regulació emocional negatiu de ruminació contribueix significativament als nivells de cortisol salivar. Dit d'una altra manera, estar pensant constantment en els sentiments i pensaments associats a un esdeveniment negatiu fa que augmentin els nivells de cortisol en saliva.

El tercer estudi contribueix a ampliar el coneixement sobre les associacions entre els factors temperamentals i la resposta cardíaca i la conductància electrodermica. En aquest cas, s'ha controlat intencionadament l'efecte de la regulació emocional, per estudiar de forma més acurada la relació entre la sensibilitat del sistema d'inhibició conductual (part de l'afectivitat negativa) i les respostes cardíaca i electrodermica en adolescents en risc i sense risc de desenvolupar trastorns d'ansietat. A grans trets, el més destacat de l'estudi són les diferències observades entre aquests dos grups respecte a la seva resposta cardíaca. Els joves en risc presenten una manca de flexibilitat cardíaca, indicador d'una baixa habilitat per adaptar-se a les demandes ambientals canviants, i uns tons vagal i simpàtic disminuïts observats en condicions de repòs. Aquestes darreres tendències percebudes en estat basal, es poden considerar un endofenotip d'elevada utilitat a l'hora de detectar de forma fiable subjectes en risc. Un endofenotip és un marcador de vulnerabilitat específic i estable, determinat genèticament, un terme que va adquirint de cada dia més importància en l'àmbit de la intervenció i prevenció de psicopatologies.

Finalment, en el darrer estudi, en el qual s'ha aplicat el programa de prevenció de problemes d'ansietat, tot i produir-se reduccions significatives en les variables de risc i simptomatologia ansiosa de la qual s'ha autoinformat en els subjectes del grup d'intervenció, aquest grup no arribà a diferenciar-se d'un grup al qual no s'havia aplicat el programa. Tampoc no s'observaren efectes



en els qüestionaris resposts pels pares ni psicofisiològicament. Tot plegat fa plantejar que, tal volta, i en la línia dels resultats obtinguts en el primer estudi, el contingut del programa de prevenció s'hauria de dirigir especialment a la modificació d'estratègies de regulació emocional inadaptatives.

A manera de conclusió general, a partir d'aquest treball, la investigadora ha contribuït a l'explicació de les complexes associacions entre alguns factors de vulnerabilitat personal per a l'ansietat, i entre aquests i els seus concomitants fisiològics, i a aportar més dades sobre l'impacte dels programes de prevenció de trastorns d'ansietat en població adolescent.

Referència de la tesi

Títol: Detecció i intervenció en factors de risc psicològics i psicofisiològics associats al desenvolupament de problemes d'ansietat en adolescents

Autor: Maria Balle Cabot

Àrea de coneixement: Personalitat, Avaluació i Tractament Psicològics

Departament: Psicologia

Director: Miquel R. Tortella-Feliu

Qualificació: Excel·lent cum laude

Membres del tribunal

President

Dr. Rosa Maria Baños Rivera
Departament de Personalitat, Avaluació
i Tractament Psicològics
Universitat de València

Secretari

Dr. Pedro Montoya Jiménez
Departament de Psicologia
Universitat de les Illes Balears

Vocals

Dr. Rafael Torrubia Beltri
Departament de Psiquiatria i Medicina Legal
Universitat Autònoma de Barcelona

Dr. Miquel Àngel Fullana Rivas
Departament de Psiquiatria i Medicina Legal
Universitat Autònoma de Barcelona

Dr. Mateu Servera Barceló
Departament de Psicologia
Universitat de les Illes Balears

Publicacions relacionades

Tortella-Feliu, M., Balle, M., & Sesé, A. (2010). «Relationships between negative affectivity, emotion regulation, anxiety, and depressive symptoms in adolescents as examined through structural equation modeling». *Journal of Anxiety Disorders*, 24, 686-693.

Balle, M., Tortella-Feliu, M., & Garcia-Banda, G. (en premsa). «Relationships between self-reported BIS sensitivity and salivary cortisol in adolescents. *International Journal of Clinical and Health Psychology*.

Balle, M., Tortella-Feliu, M., & Bornas, X. (2010). «Distinguishing youths at risk for anxiety disorders from self-reported BIS sensitivity and its psychophysiological concomitants». Manuscrit enviat per publicar-lo.