

Boletín de la SEAS

Sociedad Española para el Estudio de la Ansiedad y el Estrés

Marzo de 2007. Número 26



En caso de no poder hacer la entrega de este impreso,
por favor, devolver a:

Dr. Antonio Cano Vindel
Presidente de la S.E.A.S.
Facultad de Psicología. Buzón 23
Universidad Complutense de Madrid
Campus de Somosaguas
28223 Madrid

Boletín de la SEAS

Sociedad Española para el Estudio de la Ansiedad y el Estrés

Marzo de 2007. Número 26

Contenido

Del Presidente de la SEAS.....	3
La actividad de las Comisiones.....	5
Cartas de las Comisiones	5
Artículo: Estrategias de afrontamiento y enfermedad inflamatoria intestinal	10
Reuniones científicas	18
Datos para la derivación de pacientes	20
Boletín de inscripción	21

Presidente de Honor: Dr. Juan José Miguel-Tobal

<p>Presidente Dr. Antonio Cano Vindel</p> <p>Vicepresidente Dr. Javier Pérez Pareja</p>	<p>Vocales Juan Ramos Cejudo José Manuel Hernández López Marta Redondo Delgado Juan Antonio Rodríguez López</p>
<p>Secretaria Miriam Sánchez Pérez</p>	<p>Tesorero José Ángel Santiago Sañudo</p>

DEL PRESIDENTE DE LA SEAS

La SEAS celebrará este año su décimo cuarto aniversario convocando a todos sus miembros y personas interesadas a asistir a la XIV Reunión Anual. En ella, como es tradicional, se presentarán diferentes ponencias sobre aquellos trabajos de investigación y experiencias profesionales que se vienen desarrollando en las distintas Comisiones de Trabajo que se han ido creando a lo largo del tiempo en nuestra sociedad. Asimismo, en dicha Reunión habrá expuestos y estarán defendidos por sus autores algunos trabajos en formato de póster. La inscripción será gratuita, estando invitados a participar tanto los miembros de la SEAS como otras personas interesadas en el estudio de la ansiedad y el estrés o cualquier tema relacionado.

La XIV Reunión Anual de la SEAS se celebrará el día 29 de septiembre en Madrid, tras unas Jornadas sobre Emociones que estamos organizando en colaboración con la Fundación Mutua Madrileña, que tendrían lugar los días 27 y 28, en el salón de actos de la Fundación (calle Fortuny, 18). Tanto las Jornadas como la Reunión Anual serán de carácter abierto y sin cuota de inscripción. De ambos eventos se comenzará a enviar información en poco tiempo, una vez se vayan cerrando los flecos que quedan abiertos. Frente a las reuniones

anteriores celebradas las últimas en Ávila, esperamos que la celebración en Madrid facilite el viaje a quienes vienen de fuera. También esperamos que muchos asistentes a las Jornadas participen en nuestra Reunión y se acerquen a conocer nuestra sociedad. Pero tendremos que hacer un esfuerzo todos por seguir manteniendo el atractivo social que siempre ha tenido nuestra Reunión Anual y que tanto nos ha servido para cohesionarnos, para reforzar nuestra amistad y para divertirnos.

En los últimos datos publicados por IN-RECS, la revista "Ansiedad y Estrés" ascendió hasta el quinto puesto en la lista de revistas españolas de Psicología más leídas y citadas. El Índice de Impacto de las Revistas Españolas de Ciencias Sociales (IN-RECS) "es un índice bibliométrico que ofrece información estadística a partir del recuento de las citas bibliográficas con el fin de determinar la relevancia, influencia e impacto científico de las revistas españolas de ciencias sociales, de los autores que publican en las mismas y de las instituciones a que estos se adscriben. Asimismo, permite conocer de manera individualizada las citas bibliográficas que reciben los trabajos publicados en revistas científicas españolas con lo que es posible conocer el impacto real que han tenido en la comunidad científica a la que se dirigen" (<http://ec3.ugr.es/in-recs/>).

Enhorabuena a los autores que publican sus artículos en la revista de la SEAS, pues este dato indica que sus artículos tienen ahora un mayor índice

de impacto, lo que puede ayudarles a obtener el reconocimiento de sus complementos por sexenios de investigación, que premian con una mejora de sueldo la actividad investigadora.

Aunque cada vez es más difícil, es probable que continúe esta tendencia al alza y que los artículos publicados en el año 2006 en nuestra revista sean todavía más leídos y citados por otros autores y otras revistas. El monográfico sobre "Inteligencia Emocional", más voluminoso que nunca, puede tener mucho gancho en este sentido, al tratarse de un tema muy actual, que se está expandiendo muy deprisa.

De aquí al otoño las Comisiones de trabajo de la SEAS van a ir desarrollando su actividad a través de diversas reuniones en las que se fijarán objetivos para la Reunión Anual. En estas reuniones se nota el pulso de la sociedad, que aglutina a personas con intereses comunes, consiguiendo que todos se beneficien de esas actividades que entre todos ponen en marcha.

El servidor de información en Internet ha superado con creces las trescientas mil entradas y sigue distribuyendo información, disipando dudas de personas que sufren problemas de ansiedad y estrés, o consiguiendo hacer más fácil la información a profesionales, estudiantes, investigadores, etc.

Como se informó en la última Asamblea, nuestra sociedad ha firmado un convenio con Ibermutuamur, por el cuál nos

comprometemos a prestar asesoramiento científico en uno de los estudios más ambiciosos realizado en nuestro país sobre estrés laboral y trastornos cardiovasculares. Asimismo, estamos participando en la creación y desarrollo de la "Conferencia Española de Sociedades Científicas y Académicas de Psicología" (CESCAP), con el propósito de estrechar el conocimiento y la relación entre las sociedades y asociaciones científicas de psicología y con el objetivo último de fortalecer una voz unitaria de la psicología científica española. También estamos colaborando en la difusión de la "28th Stress and Anxiety Research Society Conference", que se celebrará los días 19 al 22 de julio en Bávaro, Punta Cana, República Dominicana (www.star2007.org).

Espero que nos podamos ver en la próxima Reunión Anual, espero que todos hagamos un esfuerzo por renovar nuestros lazos, nuestros objetivos, nuestras ilusiones, nuestros conocimientos... Será la mejor forma de seguir trabajando mejor, de seguir trabajando más motivados, más informados y más contentos. Pero hasta ese obligado encuentro, estaremos en contacto.

Un abrazo

Antonio Cano Vindel

Presidente de SEAS

LA ACTIVIDAD DE LAS COMISIONES

Desde esta sección los coordinadores de las comisiones nos informan de las actividades que llevan a cabo.

La SEAS se ha definido siempre por su carácter dinámico; con este fin, desde sus comienzos se crearon distintas Comisiones de Trabajo que, desde la 1ª Reunión Anual de la Sociedad celebrada el 5 de noviembre de 1994 en Segovia, se han ido ampliando progresivamente tanto en número como en sus objetivos de actuación.

El objetivo de las Comisiones es reunir a todos aquellos interesados en ámbitos específicos dentro del amplio marco que supone el campo de la ansiedad y el estrés. Estas Comisiones tienen un carácter abierto y en ellas se han ido integrando una gran parte de los miembros de la Sociedad, fomentando así la relación personal y el contacto profesional con socios que trabajan en tareas afines. Así mismo se enfatizan la formación teórica y práctica a través de la difusión de los trabajos realizados por los propios socios de la Comisión.

Los participantes en las Comisiones se reúnen de forma periódica, marcando la fecha de la futura reunión entre los miembros que acuden a las mismas. Si tenéis interés

en formar parte de alguno de los proyectos ya en marcha, o por el contrario traéis ideas nuevas poneros en contacto con los Coordinadores.

CARTAS DE LAS COMISIONES

Cada seis meses los coordinadores de cada Comisión se dirigen a todos los miembros de la SEAS a través de estas cartas

COMISIÓN “EMOCIONES Y SALUD”

Coordinadora:
Mª Isabel Casado

Estimados miembros de la SEAS:

Espero que estéis llevando lo mejor posible las inclemencias de este invierno tan raro, no sé si por el cambio climático, la capa de ozono o por cualquiera de los motivos que nos van contando; pero con un buen paraguas, y alternando un buen abrigo y un jersey de manga corta, tampoco se está llevando tan mal.

Durante este periodo “entre boletines”, nuestra comisión ha celebrado dos reuniones de las que paso a informaros. La primera de ellas tuvo lugar el 16 de diciembre. Fue una reunión fundamentalmente de planificación en la que se acordó el calendario y el contenido de las

reuniones de la comisión para este curso. Aunque pueda haber algún cambio de última hora, se acordó que la fecha para las próximas reuniones serían: 26 de enero, 24 de marzo, 18 de mayo y 30 de junio. Quisiera también destacar que fue una reunión de incorporación de nuevos miembros de la comisión, por lo que desde aquí quiero darles a todos ellos la bienvenida oficial.

La segunda reunión tuvo lugar el 26 de enero, y en la misma línea que venimos manteniendo, se presentó un trabajo a cargo de un miembro de la comisión. En esta ocasión, la presentación fue realizada por Flory Pozuelo, jefa de área de diseño, seguimiento y evaluación de programas específicos de tratamiento de la Dirección General de Instituciones Penitenciarias. No sólo nos hizo una magnífica e interesante presentación sobre la organización de las instituciones penitenciarias en nuestro país y las distintas actividades y programas de intervención que desde su servicio se realizan, sino que además tuvo la deferencia de invitarnos a celebrar la reunión en la sede de la Dirección General de Instituciones Penitenciarias. Y para guinda del pastel, se encargó de organizar seguidamente una cena que nos permitió alargar esta interesante velada. En nombre de la comisión quisiera desde aquí y de forma pública, agradecer a Flory su magnífico trabajo.

Nuestra próxima reunión, si no hay ningún contratiempo, se celebrará el 24 de marzo en el despacho 1120 de

la Facultad de Psicología de la Universidad Complutense. Como es costumbre yo enviaré un mail para hacer la convocatoria oficial.

Y sin más, aprovecho la ocasión para recordar que si algún miembro de la SEAS estuviera interesado en formar parte de nuestra comisión y acudir a las próximas reuniones no dudéis en poneros en contacto con la Sociedad o conmigo directamente, incluyendo vuestro e-mail, para poder haceros llegar las convocatorias.

Un fuerte abrazo.

Mª Isabel Casado Morales
e-mail: micasado@psi.ucm.es

COMISION “ANSIEDAD Y ESTRÉS EN LAS ADICCIONES”

Coordinador:
Juan Antonio Rodríguez

Estimados miembros de la SEAS:

Esta comisión continua trabajando en aquellos aspectos que son de interés para todos los participantes de esta comisión. En concreto la relación entre aspectos emocionales negativos y consumo de cocaína, hachís y alcohol. El consumo de estas sustancias en nuestro país, durante los últimos años, ha experimentado un considerable aumento, y su uso, aunque está relacionado con situaciones de ocio y diversión, percibiéndose además como sustancias inocuas., se ha constatado

que en muchas ocasiones el inicio y mantenimiento de estas sustancias se debe a la eliminación de estados emocionales negativos como la ansiedad, ira o bajo estado de ánimo. Por otra parte, también el consumo de estas sustancias puede provocar tras su ingesta estados emocionales negativos, como ataques de pánico, crisis bruscas de ansiedad, ataques de ira o bajo estado de ánimo.

Por todo lo anteriormente expuesto los miembros de esta comisión continuamos trabajando en el estudio de esta relación, así como en determinar aspectos preventivos y de tratamiento para otro tipo de adicciones como la ludopatía, adicción a Internet, adicción al sexo, etc.

Os convocamos a todos aquellos interesados en esta área a la reunión prevista para el día 22 de marzo a las 18 horas en la Facultad de Psicología.

No dudéis en poneros en contacto con nosotros. Un saludo,

Juan Antonio Rodríguez López

jarodriguez@psi.ucm.es

COMISIÓN "ESTRÉS LABORAL"

Coordinador:

Jesús Martín García

Continuando con nuestra labor de investigación que presentábamos en el

boletín anterior, exponemos a continuación los avances y las publicaciones conseguidas a raíz del esfuerzo investigador que esta comisión realiza, junto con todas las personas que participan en ella y la apoyan de forma incondicional.

Así, seguimos realizando investigaciones con nuestro instrumento de evaluación de factores psicosociales, el *Cuestionario Multidimensional DECORE* (Luceño, 2005), del que han surgido un gran número de investigaciones, la gran mayoría de ellas publicadas en la revista *Ansiedad y Estrés*.

Nuestras últimas investigaciones con el cuestionario, se encuentran publicadas en el volumen 19 (1) de la revista *Psicothema*, y hacen referencia a la relación encontrada entre factores psicosociales adversos, evaluados a través del *Cuestionario Multidimensional DECORE*, y salud laboral deficiente de los trabajadores.

Las investigaciones con el *Cuestionario Multidimensional DECORE* se han ampliado a otros países, así, la investigadora Marian Jaén ha realizado diversos estudios sobre rendimiento y motivación en población mejicana, utilizando para ello el *Cuestionario Multidimensional DECORE*. Fruto de estas investigaciones son su Diploma de Estudios Avanzados y dos publicaciones en la revista *Cuadernos de Seguridad*, con los siguientes títulos: "rendimiento laboral en vigilantes de seguridad mejicanos" y "la motivación laboral ¿por qué trabajamos?"

El Cuestionario Multidimensional DECORE ha sido traducido al alemán por el excelentísimo profesor Paul G. Schmitz de la universidad de Bonn, quien ha realizado numerosas investigaciones con el cuestionario obteniendo resultados muy similares a los nuestros.

El *Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo* de la Comunidad Autónoma de Navarra se ha interesado por nuestro método de evaluación y ha organizado unas jornadas sobre el *Cuestionario Multidimensional DECORE* para el día 29 de Mayo de 2007. La organización de estas jornadas es la siguiente: por la mañana daremos una conferencia sobre riesgos psicosociales, evaluación e intervención, dirigida a un público amplio. Ese mismo día, por la tarde, presentaremos el cuestionario a los técnicos de prevención.

También hemos recibido numerosas solicitudes de préstamo de nuestro cuestionario para su utilización en trabajos de investigación (DEA) y tesis doctorales. A todo ello hay que sumarle que algunas empresas privadas del sector de prevención se han interesado por nuestro método de evaluación de riesgos psicosociales, lo que creemos que constituye todo un éxito.

Por otra parte, continúan el esfuerzo investigador de la doctora Rubio sobre carga mental de los trabajadores como factor relevante en el estrés laboral. De esta forma, hemos publicado dos artículos referentes a carga mental en la revista *Cuadernos de Seguridad*, con los títulos: "la carga

mental como factor de riesgo laboral en seguridad privada" y "evaluación de la carga mental en seguridad privada". Además, en el próximo número de la revista *Edupsyké* se publicará otro artículo sobre carga mental titulado "modelos y procedimientos de evaluación de la carga mental en el trabajo".

En estrecha relación con el estrés laboral continuamos en el estudio del trabajo nocturno y los turnos rotativos.

COMISIÓN "PSICOBIOLOGÍA, FARMACOLOGÍA Y NEUROPSICOLOGÍA"

Coordinadora:

Itziar Iruarizaga

Estimados Miembros de la SEAS:

Me dirijo a Vds. para informarles de la próxima reunión de la Comisión y para invitarles a participar en la misma. En nuestra comisión se da cabida al estudio de una gran cantidad de temas que incluyen aspectos psicobiológicos, farmacológicos y neuropsicológicos asociados a una amplia variedad de problemas de salud así como a la investigación básica sobre las emociones.

El interés de todos los miembros de la comisión es invitarles a participar en la misma a todas aquellas personas que así lo deseen y a que nos seduzcan

con nuevas propuestas y temas de conocimiento.

La próxima reunión queda convocada el jueves día 12 de abril, a las 19:30 hrs. en la Facultad de Psicología de la Universidad Complutense de Madrid, pabellón José Luis Pinillos, primera planta, despacho 1.120 (de aquí nos iremos a algún seminario). En esta ocasión, Juan Ramos presentará el trabajo titulado "Alteraciones neuropsicológicas y sesgos cognitivos en el trastorno obsesivo-compulsivo"

Tras la reunión, para seguir disfrutando de nuestra amistad y como suele ser tradicional, nos iremos de cena. Les ruego confirmen su asistencia a la misma en mi dirección de e-mail: icjariru@psi.ucm.es

Que vaya un fuerte abrazo para todos Vds. en mi nombre y en el de todos los miembros de la comisión

Dra. Itziar Iruarrizaga

COMISIÓN "INTELIGENCIA EMOCIONAL"

Coordinadores:

Pablo Fernández Berrocal

Martín Salguero Noguera

Estimados miembros de la SEAS,

En los últimos meses, la actividad de nuestra comisión ha girado en torno

a dos objetivos principales. El primero de ellos ha sido la coordinación del número doble monográfico sobre "Inteligencia Emocional" (a cargo de Pablo Fernández-Berrocal y Natalio Extremera) que publica la revista de nuestra sociedad, *Ansiedad y Estrés*, y que esperamos sirva de referencia para todas aquellas personas interesadas en este campo de estudio.

Por otra parte, el segundo de los objetivos ha sido la gestión y organización del que será el "I Congreso Internacional de Inteligencia Emocional", que tendrá lugar en Málaga, los días 19, 20 y 21 de Septiembre de 2007. En él esperamos contar con la presencia de figuras destacadas a nivel internacional en el ámbito de la IE así como con la participación (en los diferentes simposios y sesiones de póster) de todas aquellas personas interesadas que estén trabajando en esta área, ya sea desde una perspectiva aplicada o académica.

Podrán encontrar más información en la página Web del congreso: www.inteligenciaemocional07.com, o a través de la dirección de correo electrónico que aparece al final del texto.

Esperamos poder ofrecer más detalles acerca del congreso a los miembros de nuestra comisión en las próximas semanas. En este sentido, aprovechamos para animar a todos aquellos miembros de SEAS que deseen participar en las actividades de la comisión, obtener información sobre inteligencia emocional, compartir sus líneas de trabajo e

investigación....., a que se pongan en contacto con nosotros. Para ello tan sólo deben escribir y dejar su e-mail en la dirección de correo que aparece al final del texto.

Sin más, enviarles un cordial saludo,

Martín Salguero Noguera

jmsalguero@correo.cop.es

ARTÍCULO

Estrategias de afrontamiento y enfermedad inflamatoria intestinal

Julia Vidal Fernández

jvidal@areahumana.com

Históricamente, la Enfermedad Inflamatoria Intestinal (EII) ha sido considerada de naturaleza psicossomática o psicofisiológica, una de las razones para ello es que el tracto intestinal es uno de los sistemas fisiológicos más reactivos, existiendo una estrecha relación entre eventos ambientales, cogniciones, experiencia emocional, hábitos conductuales y respuestas gastrointestinales (Whitehead y Shuster, 1985; Shabsin y Whitehead, 1991; Simón, 1994; Simón y Durán, 1995).

Las EII, son enfermedades crónicas en las que se produce una inflamación

y ulceración de las paredes del tracto digestivo, con parecidas características a la inflamación de cualquier otra parte del cuerpo. Suelen aparecer a partir de la segunda y tercera década de la vida.

Con este nombre se engloban dos trastornos de similares características: la Enfermedad de Crohn (EC) y la Colitis Ulcerosa (CU). Su diagnóstico diferencial está en función de la extensión y localización de las lesiones. En la EC puede estar afectado cualquier porción del tubo digestivo y puede afectar a dos o más segmentos separados por tejido sano. En la CU se ve afectado sólo el intestino grueso o colon.

En los últimos años se ha incrementado el número de personas que padecen EII, particularmente en los países más desarrollados (Irvine, Farrokhyar y Swarbrick, 2001; Pajares y Gisbert, 2001). Por esta razón, se está prestando más atención a este tipo de trastornos tanto desde el ámbito médico como psicológico.

Clínicamente, estas enfermedades presentan por una parte síntomas intestinales como diarreas, rectorragias y dolor abdominal, y otros síntomas no intestinales, dado que son enfermedades sistémicas, como fiebre, cansancio, pérdida de peso, anemia, inflamación de los ojos, dolor en articulaciones, aftas bucales o úlceras en la piel. Entre las complicaciones más importantes que se pueden dar serían en el caso de la EC, lesiones perianales y fístulas, y en la CU, cáncer de colon.

Entre los mecanismos fisiológicos propuestos para la explicación de la EII destacan fundamentalmente tres hipótesis: la infecciosa, la de la motilidad intestinal anormal y la de la alteración inmunológica. En esta última, tienen cabida la participación de los estresores psicosociales, entendidos como eventos ambientales que actuando a través de mecanismos puramente psicológicos, pueden precipitar y agravar la enfermedad a través de la conexión sistema nervioso central / sistema endocrino / sistema inmunitario (Adler, 1981).

Otra hipótesis sería la psicósomática, ya que tradicionalmente la EII ha sido considerada como una de las siete enfermedades psicósomáticas clásicas (Alexandre y French, 1984; Reynhart y Succop, 1968). Sin embargo, algunos autores señalan que hay argumentos que no apoyan esta hipótesis, por una parte, estaría la incapacidad para identificar un mecanismo fisiológico plausible que permita explicar la participación del sistema nervioso central en el proceso inflamatorio (Whitehead y Schuster, 1985; Shabsin y Whitehead, 1991); por otra, los estudios realizados sobre relaciones etiológicas entre factores psicopatológicos y las EII no apoyan esta relación. Así, tras un detallado trabajo de revisión de 138 estudios, North, Clouse, Spitznagel y Alpers (1990), señalaron numerosas deficiencias metodológicas en aquellos trabajos que habían encontrado relación entre psicopatología y colitis ulcerosa, mientras que los 7 trabajos

mejor desarrollados a nivel metodológico no encontraron relación.

De cualquier forma, desde la aparición del modelo Biopsicosocial de Engel (1977, 1980), en el que se postula que la salud, o la enfermedad, es el resultado de la interacción de factores biológicos y psicosociales, la mayoría de los autores estudian y coinciden en esta postura multifactorial en la etiología de la EII. Así, un buen número de investigaciones se centran en el estudio de variables emocionales (ansiedad, depresión), calidad de vida, personalidad, etc. Por ejemplo, Whitehead y Schuster (1985), señalaron que un factor responsable de la etiología y/o mantenimiento de los trastornos gastrointestinales, sería el estrés, y es clara la relación entre estrés y respuesta inmune (Borrás, 1995). También es importante tener en cuenta el estrés que las enfermedades crónicas producen, y como éstas afectan al curso de la misma.

El aspecto más importante según Lazarus y Folkman (1986), siguiendo la teoría interactiva sobre el estrés, no serían los factores estresantes en sí mismos, sino la valoración y el afrontamiento que el sujeto hace de ellos. De esta manera, la reacción de estrés de una persona dependerá de la valoración que el sujeto haga del suceso estresante (primaria y secundaria) y de las estrategias que ponga en marcha ante dicho estresor. Algunos autores como, Holroyd y Lazarus (1982) y Vogel (1985), señalan que son las estrategias de afrontamiento y no la naturaleza de los

estresores las que determinarían que los sujetos experimenten o no estrés. En la misma línea, otros autores ven en las estrategias de afrontamiento el predictor más importante en la EII (Kuechenhoff, Manz y Mathes, 1997; Moskovitz, Maunder, Cohen, McLeod y MacRae, 2000).

Lazarus y Folkman, en 1984 definieron el afrontamiento como “aquellos esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes que se desarrollan para manejar las demandas específicas externas y/o internas que son evaluadas como excedentes o desbordantes de los recursos del individuo”. Por otra parte, Everly (1989) lo define como “un esfuerzo para reducir o mitigar los efectos aversivos del estrés; estos esfuerzos pueden ser psicológicos o conductuales”.

Las estrategias de afrontamiento que pueden utilizarse frente al estrés son muy numerosas, a continuación se recogen las 18 que se han definido en la literatura científica según Fernández Abascal (1997): reevaluación positiva, reacción depresiva, negación, planificación, conformismo, desconexión mental, desarrollo personal, control emocional, distanciamiento, supresión de actividades distractoras, refrenar el afrontamiento, evitar el afrontamiento, resolver el problema, apoyo social al problema, desconexión comportamental, expresión emocional, apoyo social emocional y respuesta paliativa.

Las estrategias de afrontamiento (proceso concreto) están determinados por el estilo de afrontamiento, que es la predisposición personal para hacer frente a las situaciones, y es responsable de la preferencia del uso de una u otra estrategia de afrontamiento así como de su estabilidad temporal o situacional.

Recogiendo los datos que existen en la actualidad sobre los estilos de afrontamiento (Fernández-Abascal, 1997), existirían tres dimensiones básicas a lo largo de las cuales se sitúan los diferentes estilos de afrontamiento: a) El método empleado en el afrontamiento (activo, pasivo y de evitación), b) La focalización del afrontamiento (dirigido al problema, a la respuesta emocional o a reevaluar el problema), y c) La actividad movilizada en el afrontamiento (afrontamiento cognitivo o conductual).

Con el fin de conocer el estado de la investigación sobre EII y afrontamiento, hemos llevado a cabo una revisión bibliográfica en la que se ha puesto a prueba la siguiente hipótesis de trabajo: el estilo o las estrategias de afrontamiento jugarán un papel importante en la enfermedad inflamatoria intestinal, de manera que encontraremos en estos pacientes estilos que generen mayor vulnerabilidad al estrés y otros que incrementen la inmunidad.

La búsqueda bibliográfica ha sido realizada en las bases de datos Medline (a través de EBSCO y Science Direct), Pubmed, PsycInfo y Psycodoc, desde 1990 hasta la

actualidad, utilizando como descriptor principal "Inflammatory Bowel Diseases", combinado con los descriptores "coping style" y "coping strategies" y añadiendo el término "Adaptation Psychological".

El grosso de esta investigación está realizado con la siguiente búsqueda "Inflammatory Bowel Diseases"[MeSH] AND "Adaptation, Psychological"[MeSH] AND ("coping style" OR "coping strategies"), en la base de datos Pubmed, encontrando tan solo 13 artículos de los cuales uno no mostraba el abstract. Otros 5 artículos más, han sido localizados en los artículos relacionados de la citada búsqueda. Los resultados obtenidos en el resto de las bases de datos son escasos. Con los dos descriptores principales hemos encontrado en Medline, a través de EBSCO, 7 artículos y desde Science Direct, 5, de los cuales sólo uno era distinto a los encontrados en Pudmed. En PsycInfo y en Psycodoc no se han encontrado ninguno. Hemos incorporado a nuestra revisión un último artículo que procede de la Revista Ansiedad y Estrés y no habíamos encontrado en PsycInfo. De estos 19 artículos se han descartado 4 por no presentar apenas información y no poder acceder a los artículos completos. Por tanto el número total de artículos que se han revisado es de 15, realizados desde el 1991 a 2006.

Esta búsqueda presenta algunas limitaciones: por un lado, se podría ampliar, revisando detenidamente otras bases de datos. Por otra parte, los artículos encontrados, sobre los que se

ha hecho este trabajo, son fundamentalmente abstract y éstos no disponen de una información detallada sobre las investigaciones realizadas, lo que puede dejar información importante sin tener en cuenta.

Sobre las investigaciones descritas en los artículos, encontramos problemas metodológicos, como muestras pequeñas, que hacen difícil demostrar de forma concluyente la relación entre afrontamiento y EII. La ausencia de grupos control, o haber seleccionado muestras de sólo mujeres, también hacen que los datos puedan estar sesgados.

En cuanto a los instrumentos de evaluación, el hecho de que en cada investigación se utilicen cuestionarios diferentes, no ayuda a generalizar los resultados. Por otro lado, el elevado número de estrategias de afrontamiento recogido en la literatura, no siempre bien definidos, produce confusión.

En definitiva, en este trabajo se ha estudiado la EII y la relación que las estrategias de afrontamiento guardan con el desarrollo o curso de la enfermedad, delimitando qué estrategias son las más utilizadas, y cómo se relacionan con la enfermedad, o por el contrario, con la salud y la calidad de vida.

Tras el análisis de los estudios seleccionados, concluimos en primer lugar el escaso interés de los investigadores por este tema, como se muestra por el reducido número de publicaciones. En segundo lugar, el

bajo nivel de calidad de las investigaciones realizadas. En tercer lugar, que a lo que se ha prestado más atención en relación a los estilos o estrategias de afrontamiento en pacientes con EII ha sido al estudio de: (1) cuáles son los estilos y estrategias de afrontamiento que desarrollan, (2) el valor predictivo que los estilos de afrontamiento puedan tener para alcanzar el bienestar, (3) sus efectos en la salud y calidad de vida y (4) la relación de éstos con la ansiedad, la depresión y el estrés.

En general, los autores señalan que el uso de determinadas estrategias va a marcar la adaptación a la enfermedad, así como el curso o la evolución (Kuechenhoff et al. 1997; Moskovitz et al. 2000).

Los resultados encontrados en dichas investigaciones en cuanto a los estilos de afrontamiento indican que son mejores cuando están orientados al problema que a la respuesta emocional (Kinash, Fischer, Lukie y Carr, 1993).

En cuanto a las estrategias de afrontamiento vemos que predominan el afrontamiento depresivo (Cuntz, Welt, Ruppert y Zillessen, 1999), catastrofismo y afrontamientos inadaptados de autocontrol, autculpa y evitación (Moskovitz, Maunder, Cohen, McLeod y McRae, 2000), confrontación (Carlsson, Iboasaus, Nordgren, 2003), escape o evitación (Jones, Wessinger y Crowell, 2006) y afrontamiento pasivo (Crane y Martin, 2004).

Los efectos de estos estilos se traducen en un peor funcionamiento

percibido (Smolen y Topp, 1998), malestar subjetivo (Petrak, Hardt, Clement, Borner, Egle & Hoffmann, 2001), peor salud, mayor ansiedad y depresión (Crane y Martín, 2004) y mayor dificultad para resolver problemas (Jones, Wessinger y Crowell, 2006).

Sobre las estrategias de afrontamiento que predicen bienestar, calidad de vida, y efectos positivos sobre la salud, según nuestros resultados serían, el afrontamiento emocional, y estrategias de afrontamiento positivo, si son utilizadas en fase de remisión (Smolen y Topp, 1998).

Se ha encontrado, en este estudio, que el uso de estrategias positivas, también puede afectar de forma negativa, si éstas se utilizan durante la fase activa de la enfermedad (Petrak et al., 2001). Encontramos evidencia de este resultado en la literatura que dice, que si partimos de la definición de afrontamiento como *esfuerzos cognitivos y comportamentales*, éste sería un proceso psicológico que podría llevar a la fatiga, y que si ésta se acumula, podría tener las mismas consecuencias negativas que el estresor inicial. Por tanto, las demandas prolongadas de las respuestas de afrontamiento pueden producir agotamiento. Así de forma independiente al resultado de las estrategias utilizadas tendríamos efectos negativos y se limitaría la capacidad de procesamiento ante la exposición prolongada de un estresor (Fernández-Abascal, 1987). Por otra parte, señala Fernández-Abascal, si

una estrategia de afrontamiento es utilizada con éxito, tenderá a persistir a pesar que desaparezca el estresor que la generó. Si estas respuestas no fuesen adecuadas para la nueva situación, los efectos serían nocivos. En este caso concreto en el que la EII cursa en brotes, con remisiones y exacerbaciones, sería importante prestarle atención.

Teniendo en cuenta que un estilo de afrontamiento activo podría ser un proceso patológico en personas con riesgo coronario, por la activación del sistema cardiovascular, sería interesante estudiar las implicaciones del afrontamiento activo en el sistema gastrointestinal, por sus consecuencias en pacientes con EII.

Por tanto, como resultados más relevantes de esta revisión concluimos que el estilo y las estrategias de afrontamiento repercutirían en este tipo de pacientes, por lo que sería conveniente entrenarles en el uso de determinadas estrategias, y eliminar las estrategias negativas.

Que aunque las estrategias de afrontamiento positivas son predictoras de bienestar, calidad de vida, y efectos positivos sobre la salud, habría que tener en cuenta qué estrategias serían adecuadas utilizar en función del momento de la enfermedad (fase activa o en remisión).

Finalmente remarcar la necesidad de seguir investigando para no quedarnos en conclusiones un tanto pobres, como los hallazgos encontrados en estos estudios sobre cómo algunos estilos de

afrontamiento influyen en las personas con EII, haciéndolas más vulnerables al estrés, como en el caso de los estilos evitativos; mientras que otros incrementan la inmunidad frente al estrés, como el afrontamiento positivo.

Referencias

- Adler, R. (Ed.)(1981). *Psychoneuro-immunology*. Nueva York: Academic Press.
- Carlsson, E., Bosaeus, I., et al. (2003). "What concerns subjects with inflammatory bowel disease and an ileostomy?" *Scand J Gastroenterol* 38(9): 978-84.
- Crane, C. and Martin, M., (2004). "Social learning, affective state and passive coping in irritable bowel syndrome and inflammatory bowel disease". *Gen Hosp Psychiatry* 26(1): 50-8.
- Cuntz, U. , Welt, J., Ruppert, E., Zillessen, E. (1999). "Determinatioon of subjective burden from chronic inflammatory bowel disease and its psychosocial consequences. Results from a study of 200 patients". *Psychother Psychosom Med Psychol* 49(12):494-500.
- Díaz Sibaja, M.A., Comeche Moreno, M.I., Mas Hess, B., Vallejo Pareja, M.A.(2002).Estrategias de afrontamiento y adaptación en pacientes con enfermedad inflamatoria intestinal. *Ansiedad y Estrés*, 8(2-3), 211-224.

- Douglas, A., Drossman, M. D., Leserman, J. et al. (2000). "Effects of Coping o Health Outcome Among Women with Gastrointestinal Disorders." *Psychosomatic Medicine* 62: 309-317.
- Drossman, D. A., J. Leserman, et al. (1991). "Health status and health care use in persons with inflammatory bowel disease. A national sample." *Dig Dis Sci* 36(12): 1746-55.
- Engel, G.L., The need for a new medical model: A challenge for biomedicine. *Science*, 196, 129-136
- Fernández Abascal, E.G., Palmero, F., (1999). *Emociones y Salud*. Barcelona: Ariel Psicología.
- Fernández-Abascal, E. G. (1997). Estilos y estrategias de afrontamiento. En E. G. Fernández-Abascal, F. Palmero, M. Chóliz y F. Martínez (Eds.), *Cuaderno de Prácticas de Motivación y Emoción* (pp. 189-206). Madrid: Pirámide.
- Greene, B. R., Blanchard E. B., et al. (1994). "Long-term monitoring of psychosocial stress and symptomatology in inflammatory bowel disease." *Behav Res Ther* 32(2): 217-26.
- Hall, N. J., Rubin, G. P., et al. (2005). "The fight for 'health-related normality': a qualitative study of the experiences of individuals living with established inflammatory bowel disease

(ibd)." *J Health Psychol* 10(3): 443-55.

- Irvine, E. J., Farrokhyar, F. y Swarbrick, E.T. (2001). A critical review of epidemiological studies in inflammatory bowel disease. *Scandinavian Journal Gastroenterology*, 36 (1), 2-15.
- Jones, M., Wessinger, S., Crowell, M. (2006). "Coping Strategies and Interpersonal Support in Patiens With Irritable Bowel syndrome and Inflammatory Bowel Disease". *Clinical Gastroenterology and Hepatology* 4(4):474-481.
- Kinash R.G., Fischer, D.G., Lukie, B.E., Carr, T.L. (1993)."Coping patterns and related characteristics in patients with IBD". *Rehabil Nurs* 18(1):12-9
- Labrador, F.J., Crespo, M., (1993). *Estrés. Trastornos Psicofisiológicos*. Madrid: Eudema Psicología.
- Labrador, F.J., Fernández Abascal, E. G., Crespo, M., Vallejo, M.A.(1996). Patrón de respuesta de orientación como predictor de la activación psicofisiológica. *Ansiedad y Estrés*, 2(1), 27-41.
- Lazarus, R.S., (1999). *Estrés y Emoción. Manejo e implicaciones en nuestra salud*. Bilbao: Desclée De Brouwer.
- Lazarus, R.S. y Folkman, S. (1984). *Estrés y Procesos Cognitivos*. Ed. Martínez Roca, Barcelona, 1986.

- Levitt, A. J., Rodin, G., et al. (1992). "Coping styles, psychopathology and intellectual performance in patients with familial adenomatous polyposis." *Gen Hosp Psychiatry* 14(1): 61-8.
- Mackner, L. M. and Crandall, W. V. (2005). "Oral medication adherence in pediatric inflammatory bowel disease." *Inflamm Bowel Dis* 11(11): 1006-12.
- MacPhee, M., Hoffenberg, E. J. et al. (1998). "Quality-of-life factors in adolescent inflammatory bowel disease." *Inflamm Bowel Dis* 4(1): 6-11.
- Miguel Tobal, J.J., González Ordi, H., (2003). Emociones y Salud: perspectivas actuales en el estudio de los trastornos cardiovasculares. *Ansiedad y Estrés*, 9(2-3), 121-144.
- Minderhoud, I. M., Oldenburg, B., et al. (2004). "IBS-like symptoms in patients with inflammatory bowel disease in remission; relationships with quality of life and coping behavior." *Dig Dis Sci* 49(3): 469-74.
- Moskovitz, D.N., Maunder, R.G., Cohen, Z., McLeod, R.S., McRae, H. (2000). Coping behavior and social support contribute independently to quality of life after surgery for inflammatory bowel disease. *Dis Colon Rectum*, 43(4):517-21
- Pajares, J. M. y Gisbert, J.P. (2001). Epidemiología de las enfermedades inflamatorias intestinales en España: Una revisión sistemática. *Revista Española de Enfermedades digestivas*, 93(1), 9-20.
- Pérez, M., Fernández, J.R., Fernández, C., Amigo, I. (Coordinadores), (2003). *Guía de tratamientos psicológicos eficaces II*. Madrid: Pirámide.
- Petrak, F., Hardt, J., Clement, T., Borner, N., Egle, U. T., & Hoffmann, S. O. (2001). "Impaired health-related quality of life in inflammatory bowel diseases: psychosocial impact and coping styles in a national German sample." *Scand J Gastroenterol* 36(4): 375-82.
- Schmitt, G. M. (1997). "[Personal values and goal orientations of chronically ill adolescents and young adults]." *Psychother Psychosom Med Psychol* 47(6): 189-97.
- Schwarz, S. P. and Blanchard, E. B. (1991). "Evaluation of a psychological treatment for inflammatory bowel disease." *Behav Res Ther* 29(2): 167-77
- Simón, M. A. y Durán, M. (1995). Evaluación y tratamiento conductual de los trastornos gastrointestinales. En J. M. Buceta y A. M. Bueno (Eds.), *Psicología y Salud. Control de Estrés y Tratamientos Asociados*. Madrid: Dykinson.

- Smolen D.N. y Topp, R. (1998). Coping methods of patients with inflammatory bowel disease and prediction of perceived health, functional status, and well-being. *Gastroenterol Nurs* 21 (3):112-8
- Van der Zaag-Loonen, H. J., Grootenhuys, M.A., Last, B. F. y Derrkx, H. H. (2004). Coping strategies and quality of life of adolescents with inflammatory bowel disease. *Qual Life Res*, 13(5), 1011-1019.
- Witehead, W. E., y Schuster, M. M. (1985). *Gastrointestinal Disorders*. Londres: Academic Press.

REUNIONES CIENTÍFICAS

XIV Reunión Anual de la SEAS

Lugar: Madrid. C/ Fortuny, 18
 Fecha: 29 Septiembre
 Organización: SEAS
 Inscripción gratuita.
 Información:
<http://ucm.es/info/seas>
seas@psi.ucm.es
 Tlf: 91 394 31 11

I Jornadas sobre "Emociones y Bienestar"

Lugar: Madrid. C/ Fortuny, 18
 Fecha: 27 y 28 de Septiembre
 Organización: SEAS y Fundación Mutua Madrileña
 Inscripción gratuita.
 Información:
<http://www.mutua-mad.es/webmma/jsp/Findex.jsp>
fmed@mutua-mad.es
 Tlf: 91592 28 36
 Fax: 91592 27 13

<http://ucm.es/info/seas>
seas@psi.ucm.es
 Tlf: 91 394 31 11

I Congreso Internacional de Inteligencia Emocional

Lugar : Málaga (España)

Fecha : 19, 20 y 21 Septiembre de 2007

Organización : Universidad de Málaga (UMA)

Información :

www.inteligenciaemocional07.com

inteligenciaemocional07@gmail.com

Tlf: 952 13 26 31

V Simposio de la Asociación de Emoción y Motivación

Lugar : San Sebastián

Fecha : 11 y 12 de Mayo de 2007

Organización : Asociación de Emoción y Motivación (AME)

Información :

<http://www.sc.ehu.es/ptwgozaj/emocion/members.htm>

itziar.etxebarria@ehu.es

28th Stress and Anxiety Research Society Conference

Lugar: Punta Cana (República Dominicana)

Fecha: 19 al 22 de Julio de 2007

Organización: STAR

Información:

<http://www.star2007.org>

starconference@yahoo.com.ar

10th European Congress of Psychology

Lugar: Praga (República Checa)

Fecha: 3 al 8 de Julio de 2007

Organización: European Federation of Psychologists' Association (EFPA)

Información:

<http://www.ecp2007.com>

info@ecp2007.com

Tlf: +420 222 809 181, 170

Fax: +420 222 809 149, 187

SI TIENE USTED CONSULTA Y DESEA QUE LE
REMITAMOS PACIENTES, POR FAVOR ENVÍENOS
LOS SIGUIENTES DATOS

(sólo para miembros de la SEAS)

Nombre: _____

Apellidos: _____

Denominación del Centro: _____

Dirección del Centro: _____

Teléfono: _____

Fax: _____

E-Mail: _____

Horario de atención: _____

Especialidades:

Adultos () Adolescentes () Niños ()

Áreas de intervención:

*** Adjuntar Currículum

BOLETÍN DE INSCRIPCIÓN EN LA S.E.A.S.

EJEMPLAR PARA ENVIAR A:
Sociedad Española para el Estudio
de la Ansiedad y el Estrés (SEAS)
Facultad de Psicología. Buzón 23
Universidad Complutense de Madrid
Campus de Somosaguas. 28223 Madrid



Nombre y apellidos:.....

N.I.F.....Calle/Plaza:.....C.P.:.....

Ciudad:.....Provincia:.....

Tlfs.:..... Fax:

E-Mail:.....

La cuota anual es de 75 Euros.

CUPÓN DE DOMICILIACIÓN BANCARIA

Titular de la cuenta:.....

Banco o Caja de ahorros:..... Agencia nº:.....

Domicilio:.....C.P.:.....

Ciudad:.....Provincia:.....

Fecha (para banco):

Firma (indispensable):

Muy Sres. Míos:

Les ruego que a partir de la presente, y hasta nuevo aviso,
adeuden en mi c.c./libreta antes citada los recibos de

D./D^a.....

presentados por la Sociedad Española para el Estudio de la
Ansiedad y el Estrés (S.E.A.S.)

Libreta o c.c. nº: _____
clave entidad oficina D.C. nº de cuenta

TARJETA VISA

Tarjeta nº : _____

Fecha de caducidad (final de: mes y año): ____/____

**Los Socios de la S.E.A.S. reciben gratuitamente
y sin cargo alguno la revista *Ansiedad y Estrés***



Sociedad Española para el Estudio de la Ansiedad y el Estrés
(SEAS)

Facultad de Psicología. Buzón 23.

Universidad Complutense de Madrid

Campus de Somosaguas

28223 Madrid

Tel.: 91-394 31 11

Fax: 91-394 31 89

E.Mail: seas@psi.ucm.es

<http://www.ucm.es/info/seas>

Depósito Legal: M-40524-1998
