

■ Presentación del monográfico: Estado de los tratamientos psicológicos infanto-juveniles

José Pedro Espada

Universidad Miguel Hernández

La investigación en psicología científica es abundante en todos sus ámbitos. La psicología clínica de la infancia y la adolescencia no es una excepción. Esto es algo positivo y se puede considerar como un indicador favorable del interés que suscita la salud mental infantil y del trabajo que se realiza a favor de mejorar el conocimiento sobre la eficacia de los tratamientos psicológicos con esta población. Sin embargo, la gran cantidad de estudios existentes requiere también de mayor tiempo para la toma de decisiones por parte de los profesionales y de los responsables en materia de políticas de salud, que se beneficiarían del mayor grado de síntesis posible.

Las revisiones sistemáticas y los meta-análisis sobre un tema facilitan esa síntesis sobre el estado de la cuestión en el campo en cuestión. Los meta-análisis fortalecen el nivel de evidencia sobre los tratamientos psicológicos en un trastorno determinado a partir de combinar los datos de muchos estudios. Pero por lo general los estudios apuntan a diversos tratamientos a elegir, muchos resultados a considerar y la investigación no deja de ser heterogénea. En esa variedad y complejidad, el profesional tiene que considerar la mejor alternativa de tratamiento disponible y los efectos esperados en cada perfil de paciente. La compilación de los datos de múltiples revisiones sistemáticas y meta-análisis no es algo que se pueda realizar a la ligera por un experto en la materia en base solamente a una visión subjetiva.

Las revisiones de revisiones pueden contribuir a esta síntesis necesaria. Las revisiones paraguas (del inglés, *umbrellas reviews*), son útiles para ampliar la información de las revisiones sistemáticas. Este monográfico se dedica precisamente a profundizar en vías para reforzar el conocimiento en el campo de la eficacia de los tratamientos psicológicos en la infancia y adolescencia. En este número diez equipos de investigación han aportado una meta-revisión sobre un tópico de su especialidad, entre los que se encuentran los principales trastornos psi-

cológicos presentes en esta etapa evolutiva. Además de aportar nuevas conclusiones sobre la situación de los tratamientos psicológicos en cada trastorno, examinan la calidad metodológica de los estudios y concluyen en qué dirección cabe aumentar los estudios dedicados a la eficacia de los tratamientos para cada trastorno específico.

En primer lugar, Romero, Álvarez-Voces, Díaz-Vázquez y López-Romero, de la Universidad de Santiago de Compostela, revisan los tratamientos para los problemas de conducta en niños, un trastorno relevante tanto en la investigación como en la clínica aplicada por su alta frecuencia. El estudio presenta una revisión de la investigación durante los últimos veinte años. Examinan los distintos moderadores de eficacia junto a otras alternativas terapéuticas de la que se cuenta con menos evidencia, como es la terapia de juego centrada en el niño. La evidencia indica la eficacia moderada del tratamiento de los problemas de conducta, y en particular del entrenamiento parental.

Díaz-Castella, Muela-Martínez, García-López y Espinosa-Fernández, de la Universidad de Jaén, examinan el estado de los tratamientos psicológicos para el trastorno de ansiedad social, otro de los trastornos comunes en la infancia y adolescencia. Aunque muchos estudios han analizado previamente los diferentes tipos de terapia cognitivo-conductual (TCC), el artículo aporta indicadores de eficacia global de esta modalidad de terapia a corto y largo plazo. El examen de la contribución de los componentes terapéuticos apunta a que los más efectivos son la exposición en cualquier modalidad y el entrenamiento en habilidades sociales.

Los trastornos de ansiedad como las fobias específicas, la ansiedad generalizada y la ansiedad por separación son también muy frecuentes en la infancia y adolescencia y repercuten negativamente en la vida del niño y la familia. Galán-Luque, Serrano-Ortiz y Orgilés, de la Universidad Miguel Hernández,

analizan la eficacia de las intervenciones para el tratamiento de los trastornos de ansiedad han llevado a cabo la primera síntesis conocida en este campo, que da cuenta de la eficacia de estas intervenciones para cada uno de los trastornos de ansiedad de manera específica. El estudio sugiere que las intervenciones basadas en la TCC son efectivas para el tratamiento de estos trastornos a corto y a largo plazo.

Kovacheva y Rodríguez-Muñoz, de la UNED, revisan el estado de los tratamientos psicológicos del insomnio en la infancia. Aunque las evidencias sobre las intervenciones psicológicas efectivas en el tratamiento del insomnio infantil han ido en aumento, hasta ahora no se disponía de una síntesis exhaustiva de los hallazgos. Las autoras concluyen que la TCC es en la actualidad la intervención psicológica con mayor evidencia y la más efectiva, independientemente del formato de tratamiento, recomendando realizar más ensayos clínicos aleatorios de calidad.

Los comportamientos autolesivos y suicidas en adolescentes, por su creciente prevalencia como por sus fatales consecuencias, son actualmente un problema de salud pública de primer orden que precisa de intervenciones eficaces. Carrasco, Carretero, López-Martínez y Pérez García, de la UNED, se centran en revisar los tratamientos para las conductas autolesivas suicidas y no suicidas en adolescentes. Su revisión muestra una elevada heterogeneidad y un alcance limitado de los tratamientos psicológicos, con tamaños del efecto de pequeños a moderados tanto para las conductas autolesivas, como para la ideación suicida, la suicidabilidad y especialmente para la intención suicida.

Otro problema relevante que se aborda en este número es la depresión infanto-juvenil. Aunque existe evidencia sobre la eficacia de la psicoterapia interpersonal y la TCC en el tratamiento de la depresión, recientes revisiones y meta-análisis aportan nuevas perspectivas de tratamiento. Espada, Sánchez-López y Morales, de la Universidad Miguel Hernández, se encargan de sintetizar la bibliografía disponible de las últimas dos décadas sobre la eficacia de las intervenciones psicológicas para la depresión infanto-juvenil. En la revisión se examinan siete psicoterapias distintas, siendo la terapia interpersonal y la TCC las más efectivas en el tratamiento de la depresión adolescente, y con datos no concluyentes por la carencia de estudios respecto al tratamiento de la depresión en la población menor de doce años.

Los problemas psicológicos derivados del abuso de dispositivos electrónicos han cobrado presencia con la expansión de la tecnología. Concretamente, la adicción a internet y, en particular, el trastorno de juego por internet o adicción a videojuegos, han aumentado su prevalencia en los últimos años en población infanto-juvenil. Maset-Sánchez, Schoeps, Valero-Moreno y Postigo-Zegarra, de la Universidad de Valencia y Universidad Europea de Valencia, han revisado la eficacia de los tratamientos para el trastorno de juego por internet. Su revisión concluye que la TCC es el tratamiento psicológico más estudiado y que muestra consistentemente efectividad para reducir los síntomas y la severidad de la adicción a internet / videojuegos. Se observa que la TCC es más efectiva combinada con otros tipos de tratamiento como el farmacológico.

Por su parte, Navarro-Haro, Mozota-Chaudrón y García-Palacios, de la Universidad de Zaragoza y Jaume I de Castellón, participan en este número con un trabajo sobre los

tratamientos para el trastorno de la personalidad límite. Realizan una revisión de revisiones sobre los datos de eficacia de los tratamientos psicológicos para adolescentes con rasgos o diagnóstico de trastorno de la personalidad límite o desregulación emocional. De su artículo se concluye que la Terapia Dialéctica Comportamental para adolescentes (DBT-A) y la Terapia Basada en la Mentalización para adolescentes (MBT-A) demuestran su eficacia para reducir la ideación suicida, los síntomas de trastorno de la personalidad límite, los niveles de ansiedad y depresión, y mejoran la adaptación social y la calidad de vida tras la intervención.

Flujas-Contreras, Chavez-Askins y Gómez, de la Universidad de Almería, evalúan en su artículo la efectividad de las intervenciones psicológicas en niños con diagnóstico de trastorno del espectro autista. El análisis concluye que la TCC es útil para el manejo de síntomas de ansiedad en autismo de alto funcionamiento. La terapia de conducta se muestra eficaz para la mejora de la comunicación, las interacciones sociales, las habilidades de autonomía y la inteligencia. Los autores observan una heterogeneidad de programas y estrategias de intervención con programas de tratamiento combinados que no permite establecer conclusiones definitivas sobre la efectividad de programas específicos.

El último estudio del monográfico está dedicado a los trastornos de la conducta alimentaria y corre a cargo de García-Fernández, Krotter y Udeanu, de la Universidad de Oviedo. La evidencia de la eficacia de las intervenciones psicológicas para los trastornos alimentarios en adolescentes carece de una meta-revisión de revisiones sistemáticas. Esta *umbrella review* muestra que las intervenciones psicológicas predominantes para los trastornos alimentarios en adolescentes son las intervenciones basadas en la familia, mientras que está menos estudiada la eficacia de la TCC y los tratamientos de tercera generación. El mayor número de evidencias se centra en el tratamiento de la anorexia nerviosa y la bulimia nerviosa.

Este número pretende hacer un recorrido de síntesis por la eficacia de los tratamientos psicológicos en los principales trastornos en la infancia y la adolescencia, que pone el foco en la situación presente y sugiere el camino de la futura investigación para abordar problemas no resueltos. Agradecemos el esfuerzo de los autores por contribuir con cada uno de los trabajos que forman parte de este monográfico, y confiamos que cumpla con el objetivo planteado de aportar nuevas conclusiones respecto a la eficacia de los tratamientos psicológicos infanto-juveniles.