

la psicopatología del pánico desde una perspectiva biológica, destaca la existencia de una cierta heterogeneidad como substrato fisiológico del pánico (hiperventilación, disregulación noradrenérgica, sensibilidad al dióxido de carbono, etc.). En cambio, el Capítulo 4 se centra en el tratamiento, resumiendo los alcances reales y las inconsistencias de la terapia psicofarmacológica del pánico (imipramina, alprazolam, bloqueadores beta-adrenérgicos, etc.).

Los Capítulos 5 y 6 son de particular interés puesto que en ellos Richard McNally se centra en las cuestiones más estrictamente psicológicas del pánico, por una parte delimitando las disfunciones y factores predisponentes (Capítulo 5), y por otra analizando las posibilidades terapéuticas de algunos métodos de tratamiento conductual y cognitivo (Capítulo 6). Algunos aspectos centrales como la sensibilidad a la ansiedad, el "miedo al miedo", o los sesgos en el procesamiento de la información son discutidos con cierto detenimiento. El autor analiza la trayectoria y eficacia de las diferentes terapias psicológicas que se han venido aplicando en el tratamiento del pánico (terapias de exposición y cognitivas).

Los dos siguientes capítulos los dedica el autor a dos cuestiones importantes: (1) la validez del trastorno de pánico como entidad nosológica (Capítulo 7), y (2) un análisis meta-teórico del trastorno de pánico partiendo del marco de referencia de otras ciencias como la filosofía, la antropología y la biología evolucionista (Capítulo 8). Finalmente el último capítulo del libro (Capítulo 9) resume, a modo de conclusión, los aspectos teóricos y de investigación más significativos analizados a lo largo del libro, ofreciendo una evaluación equilibrada de los mismos.

El trastorno de pánico ha constituido y constituye una alteración muy peculiar de la ansiedad. En ella predominan ciertas manifestaciones o síntomas como el miedo a las sensaciones corporales, su aparición brusca y a veces sorpresiva e inesperada, su posible diferenciación de otras formas de miedo y ansiedad, su cimentación y/o expresión biológica, su omnipresencia en otros trastornos psicopatológicos (particularmente en los trastornos de ansiedad), y ciertas manifestaciones cognitivas especiales. Tal vez fenómenos como éstos han

motivado la mucha investigación y a la enorme controversia que ha existido y aún existe sobre su naturaleza (p.ej., si es un trastorno psicológico o biológico) y tratamiento (tratamiento psicológico vs. psicofarmacológico). El libro de Richard McNally nos ofrece, con una escritura clara, brillante y enormemente didáctica, un análisis profundo y muy equilibrado sobre la teoría, naturaleza y tratamiento del trastorno de pánico. Algo que se echaba de menos.

**Bonifacio Sandín**  
Universidad Nacional  
de Educación a Distancia

José M. Buceta y Ana M. Bueno (Eds.):  
**PSICOLOGIA Y SALUD: CONTROL DEL  
ESTRES Y TRASTORNOS ASOCIADOS**  
Madrid: Dykinson, 1995.

La intervención psicológica ha adquirido una trascendencia notable al ir más allá de su tradicional campo de aplicación, esto es, los trastornos mentales, y desarrollar un nuevo ámbito de intervención como es el campo de la salud. Durante la última década se ha producido un enorme desarrollo de lo que podríamos englobar dentro del término "Ciencias de la Salud". Esto ha contribuido, en parte, al importante y necesario acercamiento entre las ciencias biológicas, psicológicas y sociales en todo lo concerniente a la salud. Actualmente, se asume la relación existente entre la salud y la enfermedad de las personas y el estrés. El cambio producido en la sociedad actual y el aumento de las demandas tanto ambientales como personales que éste conlleva, ha puesto de manifiesto la necesidad de controlar estos factores que se consideran desencadenantes de la enfermedad o simples perturbadores de la salud.

Los editores de este volumen han reunido las contribuciones de destacados especialistas en los temas abordados en los distintos capítulos, logrando así, en conjunto, ofrecer una amplia e interesante panorámica de esta nueva área de intervención psicológica, cuyo objetivo se centra en promover la salud y prevenir la enfermedad.

El libro contiene catorce capítulos que han sido divididos en tres partes. La primera parte incluye dos capítulos, destacando el primero de ellos, por la interesante introducción que realiza el autor, señalando la importancia del control del estrés, mencionando los principales determinantes que deben ser contemplados, los objetivos terapéuticos que se persiguen y las estrategias de intervención que se emplean dentro de cada uno de ellos. El segundo capítulo se centra en cuestiones metodológicas, destacando el importante papel de la investigación dentro de este ámbito y el valor que debemos otorgarle.

La segunda parte del libro contiene seis capítulos en los que se exponen los distintos tipos de intervención para el control del estrés en contextos específicos. Tal vez lo más significativo de esta segunda parte, es que cada capítulo va acompañado de un caso clínico en el que el autor describe un problema y desarrolla su tratamiento.

El primero de ellos se centra fundamentalmente en los diversos aspectos implicados en la respuesta de estrés y en su evaluación. Presentan un modelo explicativo del desarrollo de los trastornos psicofisiológicos asociados al estrés.

En el capítulo 4, los autores muestran la relación existente entre estrés y enfermedad coronaria, haciendo un breve repaso por los distintos factores de riesgo y la forma de evaluar cada uno de ellos. Resulta interesante el modelo de intervención específico que proponen para este tipo de trastornos, destacando la necesidad de los programas de prevención que se lleven a cabo desde unidades de trabajo comunitario, ya que pocas veces se toman medidas a título individual.

Los capítulos 5 y 6 van a introducir un tema, hasta ahora poco tratado cuando se habla de temas que relacionan psicología y salud, como es el área de las lesiones deportivas. Además de su carácter novedoso dentro del campo de la psicología, resulta de especial relevancia desde el punto de vista deportivo conocer el papel determinante que tiene el estrés, no sólo en el inicio de las lesiones sino en su evolución y desarrollo. Por esta razón, se ha tratado el tema en dos capítulos. En el primero de ellos, los autores destacan la importancia de controlar aquellas variables que

pueden contribuir a aumentar la vulnerabilidad de los deportistas a lesionarse. Resulta muy interesante el modelo de intervención que proponen puesto que no sólo establecen el contenido por objetivos de cada sesión de trabajo sino que además describen una serie de tareas a realizar por el deportista fuera de las sesiones.

El capítulo 6, se centra en la fase posterior a la lesión, es decir, en el proceso de rehabilitación. Destacar de este capítulo, la manera en que los autores han señalado la necesidad de la intervención psicológica una vez producida la lesión. El objetivo consistiría en ayudar a mejorar el bienestar y el funcionamiento general del deportista. Resulta interesante la amplia muestra de cuestionarios y auto-registros que describen estos autores para evaluar las diferentes conductas que se manifiestan en estas situaciones, siendo especialmente relevante las diferentes intervenciones que presentan en función de la situación específica del deportista (competir con la lesión, deportistas que evitan la recuperación, deportistas que deben retirarse...).

El modelo de intervención para sujetos que presentan miedo a hablar en público, que se describe en el capítulo 7, resulta muy interesante al englobar los distintos sistemas implicados en el problema (cognitivo, motor y fisiológico) y describir exhaustivamente tanto las habilidades requeridas para hablar en público como los errores más frecuentemente cometidos, además de aportar una serie de instrumentos a utilizar en este tipo de intervenciones.

El capítulo 8 desarrolla un programa de intervención con pacientes esquizofrénicos cuyo objetivo es fomentar y enseñar a estas personas las habilidades que necesitan para vivir de forma más satisfactoria en su entorno social. Aportan una interesante descripción de las principales investigaciones realizadas hasta el momento, destacando los aspectos significativos que deben incluirse en este tipo de programas.

El último capítulo de esta segunda parte se va a centrar en los trastornos de estrés como consecuencia de una experiencia traumática como es el abuso sexual en la infancia. Presentan una descripción del estrés postraumático y la problemática a la hora de abordar el estudio del abuso sexual en la infancia, destacando

que las características del niño y su familia antes del abuso, las peculiaridades del abuso y las reacciones posteriores de la familia y personas cercanas al niño constituyen los tres hitos que configurarán esta respuesta al suceso traumático.

El estrés puede inducir directamente efectos psicológicos y fisiológicos que alteran la salud. Sin embargo el estrés puede influir también sobre la salud de forma más indirecta, a través de la elicitación o mantenimiento de conductas no saludables. Es decir, vivir bajo una situación estresante suele asociarse con una reducción de conductas de salud y un aumento de conductas nocivas. Estos aspectos son los que se van a tratar en la tercera parte del libro, que consta de cinco capítulos, en los que se abordan una serie de trastornos muy investigados dentro del campo de la salud e incorporados recientemente al ámbito de la psicología, en un intento por dar un enfoque más globalizador de los mismos. Se centran principalmente en aquellos aspectos relacionados con el desarrollo, evaluación y tratamiento desde un enfoque comportamental proporcionando diferentes estrategias de intervención dentro del campo de la psicología. Los trastornos que van a tratar son la hipertensión arterial, las cefaleas funcionales, la dismenorrea primaria, los trastornos gastrointestinales y el bruxismo. En todos ellos, al igual que en capítulos anteriores, destacar el carácter eminentemente práctico de las intervenciones, tanto a través de la ejemplificación de los casos prácticos como de los distintos modelos de registros, auto-registros y cuestionarios presentados en los apéndices.

**Itziar Eraña**

Universidad Europea de Madrid

José M. Buceta y Ana M. Bueno (Eds.):  
**TRATAMIENTO PSICOLOGICO DE HABITOS Y ENFERMEDADES.** Madrid: Pirámide, 1996.

Con este interesante libro, los editores han llevado a cabo una recopilación de trece trabajos realizados por reconocidos especialistas que han profundizado en el estudio de la

evaluación y modificación comportamental de hábitos perjudiciales para la salud y enfermedades relacionadas con factores psicosociales. El resultado de esta recopilación pone en nuestras manos una obra que recoge, de forma extensa y coherente, una revisión actualizada de la aportación del tratamiento psicológico a esta relevante área que pone en relación la psicología y la salud.

El volumen se divide en dos partes. En la primera se aborda la modificación de hábitos de comportamiento perjudiciales para la salud y, en la segunda, se recogen ocho capítulos acerca de algunas de las enfermedades en las que los factores psicosociales juegan un papel trascendental.

Respecto a los cinco capítulos que integran la primera parte del libro, cabe destacar que, a pesar de que tres de ellos (fumar, beber alcohol, consumir drogas) son temas que aparecen con cierta frecuencia en tratados de evaluación y modificación de conducta, en esta obra se aporta una revisión actualizada del estudio de los mismos. Por otra parte, los temas abordados en los dos capítulos restantes, dedicados a la modificación del comportamiento sedentario y al juego patológico, unen al extenso y riguroso tratamiento de los mismos, el interés de su novedad, dada la reciente atención que han despertado estos hábitos desde el punto de vista social y, consecuentemente, desde el ámbito de la intervención psicológica.

En el sexto capítulo, con el que se inicia la segunda parte, se aborda el tratamiento de la obesidad. Las autoras describen de manera sencilla y amena el proceso de evaluación y los distintos procedimientos de intervención aplicables para la solución del problema y aportan interesantes datos sobre su eficacia; finalmente, describen un programa cognitivo-conductual que ellas mismas han aplicado a modo de estudio piloto a una muestra de sujetos con exceso de peso.

La intervención conductual en la anorexia nerviosa, se trata en el séptimo capítulo. El autor realiza un interesante análisis de los determinantes comportamentales que parecen explicar la adquisición, consolidación y mantenimiento del trastorno. Seguidamente expone los principales procedimientos de evaluación y estrategias de intervención más fre-