



Revista Electrónica de Psicología Iztacala



Universidad Nacional Autónoma de México

Vol. 18 No. 2

Junio de 2015

FOBIA SOCIAL: UN FENÓMENO INCAPACITANTE.

Cejudo de la Sierra Regina¹, Fernández Mesa Alexis²
Universidad Iberoamericana

RESUMEN

Se realizó la investigación sobre la fobia social; con una muestra no probabilística por conveniencia de 381 universitarios, compuesta por diferentes instituciones de educaciones superiores tanto públicas como privadas. Se consideraron ambos sexos, carreras y semestres. Para ello, se elaboró un instrumento para diferenciar la fobia social de la ansiedad común, y los tipos de fobia que existen. La confiabilidad obtenida del instrumento muestra un Alpha de Cronbach de .879, y la validez obtenida con análisis factorial fue de 51.309 % que representa a los cinco factores después de haber sido analizados. Los resultados arrojaron que la fobia social puede ser asociada al bajo rendimiento escolar en preparatoria, al miedo y sudoración y a la diferente ubicación donde se encontraron las universidades. En cuanto a la fobia social en la escuela, los hombres presentaron tener más que las mujeres; por el contrario en cuanto a los miedos racionales y a las fobias a los animales, las mujeres presentaron más que los hombres. Los alumnos de la UNAM presentaron mayores síntomas como miedo y sudoración así como miedos racionales, en comparación con las otras universidades. Finalmente, se encontró que los alumnos que han asistido a tratamiento psicológico previamente, suelen presentar más fobia social que los que no.

¹ Regina Cejudo de la Sierra, regina.cejudo@gmail.com Ciudad de México, Departamento de Psicología, Prolongación Paseo de la Reforma 880, Lomas de Santa Fe, Delegación Álvaro Obregón, CP 01219, México DF.

² Alexis Fernández Mesa, ale_26_f@hotmail.com Universidad Iberoamericana Ciudad de México, Departamento de Psicología, Prolongación Paseo de la Reforma 880, Lomas de Santa Fe, Delegación Álvaro Obregón, CP 01219, México DF.

Palabras clave: fobia social, ansiedad, fobia específica, miedos racionales, miedo y sudoración.

ABSTRACT

This research about social phobia was conducted by a nonprobabilistic sample with 381 college students, of different public and private institutions of superior education. Both sexes, different courses and semesters were considered. An instrument was elaborated to differentiate social phobia from general anxiety, and other phobias. The confiability shows a Cronbach's Alpha of .879, and the validity obtained with factorial analysis was of 51.309%, it represents five factors after analyzed. The results were associated with a poor school performance on high school, fear and sweating and to the different location where institutions were found. As for social phobia in school, men presented more symptoms than women; on the other side women presented more rational fears and animal phobias compared to men. Students from UNAM had more symptoms like sweating and fear, and also rational fears, compared to the other students. Finally, the students that had attend to previous psychological treatment are more likely to present social phobia that those who didn't.

Keywords: social phobia, anxiety, specific phobia, rational fears, fear and sweating.

La fobia social ha sido determinada por el Instituto Nacional de Psiquiatría Ramón de la Fuente, OMS y la Secretaría de Salud, (2010) como uno de los trastornos más comunes, siendo el 4.7% de mujeres de 18 a 65 años que sufren de ella. Dentro de las consecuencias más comunes de la fobia social se pueden encontrar el aislamiento, depresión, abuso de sustancias, problemas en la integración laboral, escolar y de pareja (Fobias.org, 2011). Por lo tanto, con esta investigación se busca sensibilizar a las instituciones universitarias, sobre la fobia social para que puedan detectar y manejar cualquier caso de ello que se presente. Al mismo tiempo, se beneficiarán con ello alumnos y alumnas que padecen de fobia social, profesores que den clase a alumnos y alumnas con este trastorno y personas dentro de la universidad que puedan apoyar a personas que sufran de ello. El objetivo general de este artículo fue detectar niveles de fobia social en estudiantes universitarios, específicamente se identificaron síntomas comunes de la fobia social y se diferenció a la fobia social de la ansiedad común, con el fin de

brindar estrategias a los profesores buscando que identifiquen actitudes comunes de la fobia social, previniendo la deserción escolar o el bajo rendimiento.

Marco Teórico

En varios estudios, se ha mostrado que la fobia social tiene un rango entre 5% y 8%, haciéndolo el trastorno de ansiedad más común. También, se asocia a la fobia social con mayor riesgo de contraer enfermedades psiquiátricas, así como uno de los trastornos que producen en mayor grado incapacidad en las personas (Ghaedi Tavoli, Bakhtiari, Melyani, y Sahragard, 2010; Borges, Lara, Medina-Mora, y Zambrano, 2007).

Varios autores definen a la fobia social como un trastorno común, crónico y debilitante que causa discapacidad social y laboral, ya que las personas que lo padecen sufren de temor persistente a ser humillados mientras estén expuestos ante otras personas. Al mismo tiempo tiene consecuencias graves en la vida de las personas entre ellas la incapacidad, la cual hace referencia al daño en el funcionamiento esperado en un sujeto de cierto sexo, edad y contexto social (Staudt, Stortti, Thomaé y Morales, 2006; Borges, Lara, Medina-Mora, y Zambrano, 2007).

En un estudio donde se comparó el grado de incapacidad con enfermedades crónicas y trastornos psicológicos, se pudo ubicar a la fobia social con 4.63% y 4.8% en segundo lugar, como uno de los trastornos que producen en mayor grado incapacidad en las personas. Comprobando así que son más los días perdidos por trastornos psicológicos que los que se perdieron por las enfermedades crónicas (Borges, Lara, Medina-Mora, y Zambrano, 2007).

Estudios recientes han puesto de manifiesto que el trastorno de fobia social tiene su inicio durante la infancia y la adolescencia, se estima que un 4.5% de las personas adultas sufren de fobia social y un 9.5% padecen o han padecido fobia social en alguna época de su vida (Olivares, Rosa, y Piqueras, 2005).

Los estudiantes universitarios se enfrentan a hablar en público, esta actividad para las personas que padecen de fobia social es evitada o temida lo que es asociado al bajo rendimiento escolar. Algunas investigaciones reportan la importancia de

tomar en cuenta los síntomas de la fobia social y su afección en el ámbito social, familiar, personal y sobre todo académico (Antona Casas, Delgado Álvarez, García López, y Estrada Aranda, 2012; Tillfors y Furmark, 2007).

Por otro lado, este trastorno puede producir un bajo rendimiento académico, un posible riesgo de abandono escolar, aparición de otros trastornos de ansiedad o del estado de ánimo y el inicio de consumo de alcohol u otras sustancias tóxicas. Por eso es la gran importancia de tener en cuenta la estrategia de detección e intervención temprana de este trastorno, ya que si se detecta a tiempo se pueden minimizar sus efectos y evitar que se siga desarrollando en el futuro ya que este trastorno suele mantenerse a lo largo de toda la vida cuando no es tratado (Olivares, Rosa, y Piqueras, 2005).

Se han llevado a cabo varios estudios sobre la fobia social alrededor del mundo, incluyendo uno que se encargó de estudiar y examinar la prevalencia de la fobia social y sus subgrupos en una población universitaria en Suecia. Al mismo tiempo, se analizaron datos demográficos y las conductas de evitación dentro de las universidades (Tillfors y Furmark, 2007).

Para la realización de este estudio se aplicó el cuestionario de revisión de la fobia social (SPSQ) a 753 estudiantes universitarios que fueron elegidos al azar. Para los subgrupos, los estudiantes que cumplieron con el diagnóstico de fobia social SPSQ se analizaron en agrupamiento separado (Tillfors y Furmark, 2007).

Los resultados de esta dicha investigación arrojaron que la prevalencia de fobia social en estudiantes universitarios suecos fue de 16.1%, que es comparable con 15.6% reportado previamente para la población general. Por lo tanto, se puede afirmar que la fobia social es un trastorno con alto nivel de prevalencia en estudiantes universitarios suecos, en la mayoría de los casos, ya sea de forma leve o discreta (Tillfors y Furmark, 2007).

Otro estudio se llevó a cabo en un hospital en Canadá, donde se trató de comprobar si los pacientes con trastornos de ansiedad, en especial, fobia social están en riesgo de pasar por bajo rendimiento escolar o la propia deserción escolar (Van Ameringen, Mancini, y Farvolden, 2003).

Esta investigación contó con dos principales hipótesis, la primera fue que los pacientes con trastornos de ansiedad grave tendrían más probabilidad de abandonar la escuela secundaria. También se predijo que los pacientes podrían tener una historia académica con bajo rendimiento escolar. La última hipótesis fue, que las personas que sufrían de fobia social sería posible que les costara trabajo decidir entrar a la universidad y si lo hicieron la mayoría no completarían sus estudios (Van Ameringen, Mancini, y Farvolden, 2003).

Los resultados arrojaron que un 48.8% de los participantes abandonaron la escuela antes de tiempo, el 25.9% no completaron la secundaria y el 61.2% de los 98 participantes informaron que dejaron la escuela prematuramente y contando con un diagnóstico de fobia social. Se puede afirmar que las personas que sufren de fobia social en los primeros años de la adolescencia tienen una mayor probabilidad de dejar la escuela y no llegar a la universidad, o tener un bajo rendimiento escolar, la situación principal a la que se enfrentaron los participantes en la escuela fue un excesivo miedo a hablar en frente de la clase, al mismo tiempo les causaba un alto grado de ansiedad estar a clase (Van Ameringen, Mancini, y Farvolden, 2003).

Después de analizar varias investigaciones que tienen que ver con la fobia social, se puede comprender más a fondo las consecuencias de ella, así como lo grave que es la incapacidad, y con ello darle la importancia que merece de prevenirla y tratarla. Las investigadoras de este estudio buscan actuar ante este fenómeno brindando información teórica en una población mexicana de estudiantes universitarios, para que por un lado, los maestros puedan señalar actitudes para distinguir a los alumnos con fobia social y encontrar estrategias para apoyarlos a tener un mejor rendimiento escolar. También que se logre implementar talleres o campañas para identificar este fenómeno en personas que apenas ingresan a la universidad y así su desempeño universitario sea óptimo con sus propias posibilidades.

Método

La muestra no probabilística causal se conformó por 381 estudiantes universitarios, 204 mujeres (53.54%) y 148 hombres (38.85%), con un rango de edad de 18 a 25 años, provenientes de diferentes instituciones de educación superior tanto públicas como privadas (Universidad Iberoamericana, ubicada en la zona poniente de la ciudad de México, Universidad Anáhuac del Norte, ubicada en el Estado de México y una universidad pública, UNAM ubicada al sur de la Ciudad).

Se aplicaron encuestas en 6 carreras distintas. 56 estudiantes de psicología, 22 de diseño, 30 de ingenierías, 29 de comunicación, 171 de otras y un sujeto no contestó.

El tipo de investigación fue un estudio de campo, de acuerdo al tiempo fue transversal y de acuerdo a las metas fue confirmatorio por la aprobación de hipótesis. El diseño utilizado es no experimental *ex_ post facto*.

Instrumento

El instrumento utilizado se elaboró en mayor parte por las autoras, y algunos reactivos fueron retomados del cuestionario de Ansiedad Social Para Adultos (CASO-A30). Esta integrado por 53 reactivos en escala tipo Likert y nueve preguntas sociodemográficas. Los reactivos fueron agrupados en cinco factores: Escuela, miedo y sudoración, social, fobia a animales y miedos racionales que en conjunto explican el 51.309% de la varianza total de la escala y la confiabilidad obtenida del instrumento muestra un Alpha de Cronbach de .879.

Resultados

Los estadísticos utilizados para el análisis de la información fueron Prueba T de Student para pruebas independientes y la prueba estadística no paramétrica Kruskal-Wallis.

Se pueden distinguir 5 grupos de Universidades. 178 sujetos de la Universidad Iberoamericana, 146 de la Universidad Anáhuac, 49 de la Universidad Autónoma de México, 7 sujetos de otras Universidades y un sujeto no contestó.

Se agrupó a los sujetos por su promedio de preparatoria, dependiendo de las décimas se reagruparon en cinco. En donde 197 sujetos tuvieron entre 80 y 89 de promedio, 108 sujetos de 90 a 99, 58 sujetos de 70 a 79, siete participantes, 60 a 69 y 11 sujetos de 50 a 59 de promedio.

Se separó en dos grupos, el primero con 256 sujetos los cuales no han atendido previamente a tratamiento psicológico y el otro grupo con 125 sujetos los cuales con antecedentes de asistir a tratamiento psicológico.

Se agrupó a los participantes según el medicamento tomado previamente, en donde 365 no contestaron o no han tomado medicamento, 11 sujetos han tomado antidepresivos, 3 ansiolíticos y 2 sujetos ansiolíticos, antidepresivos y otros.

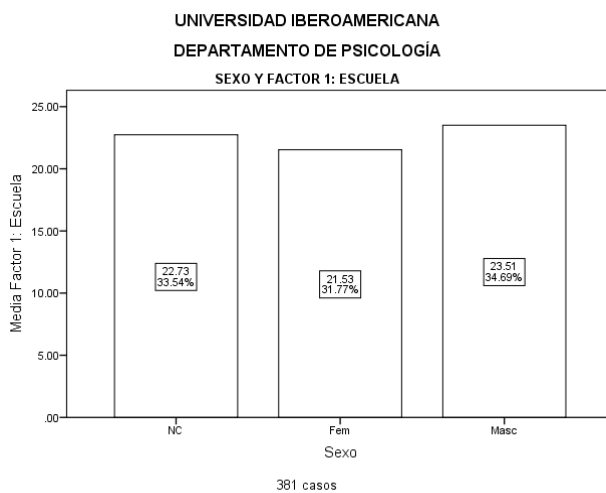
A continuación se presentan los resultados mediante la prueba de hipótesis:

Conforme a la primera hipótesis comparada con el tratamiento se encontraron diferencias significativas (ver tabla 1).

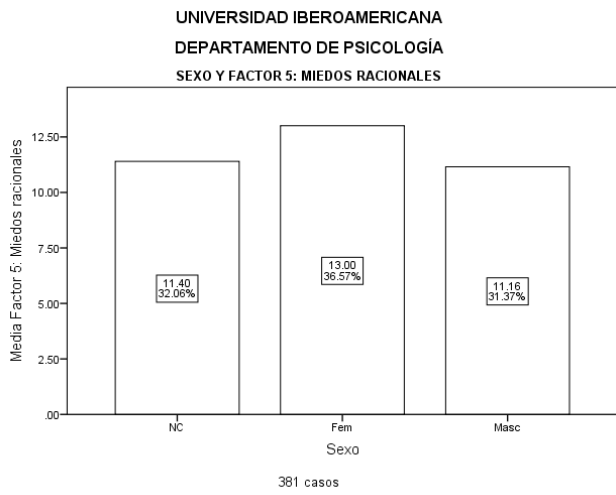
Acorde a la segunda hipótesis comparada con el grupo sexo no se encontraron diferencias significativas (ver tabla 1). Por el otro lado, la tercera y la cuarta hipótesis mostraron diferencias significativas al empatarse con el grupo sexo (ver tabla 1).

Tabla 1
Resultados de la prueba t de Student para muestras independientes

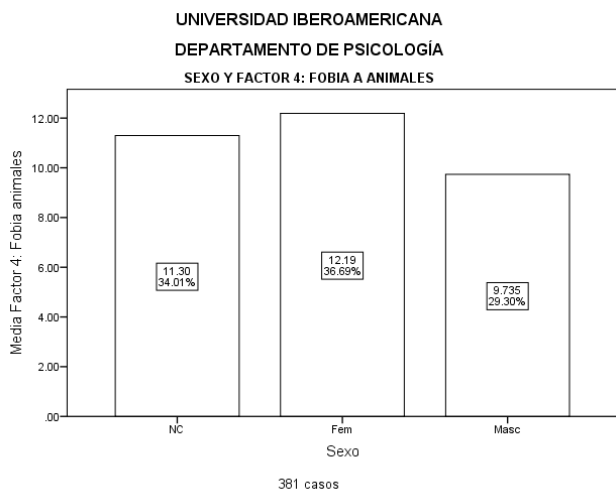
Hipótesis y factores	Significancia de Levene	Tipo de varianzas	de Significancia de la prueba T de student	Resultado
1ra Hipótesis: Factor 3 Social y tratamiento	.585	Iguales	.017	Se rechaza hipótesis
2da Hipótesis: Factor 1 Escuela y sexo	.001	Diferentes	.033	Se rechaza hipótesis
3ra Hipótesis: Factor 4 Fobia a animales y sexo.	.057	Iguales	.000	Se rechaza hipótesis
4ta Hipótesis: Factor 5 Miedos racionales y sexo.	.128	Iguales	.000	Se rechaza hipótesis



Gráfica 1. En cuanto al sexo y la fobia social, se puede decir que los hombres tienen un mayor porcentaje de fobia social en la escuela comparado con las mujeres.

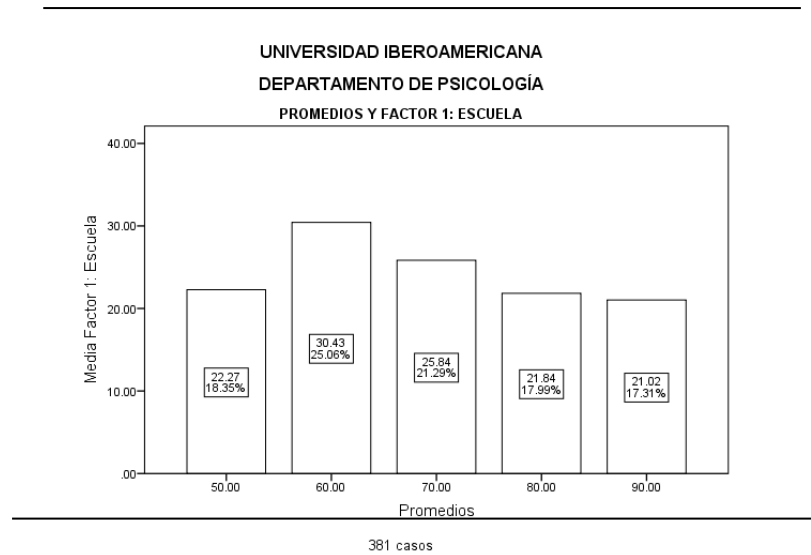


Gráfica 2. Las mujeres mostraron tener un mayor porcentaje en cuanto a miedos racionales comparado con los hombres.

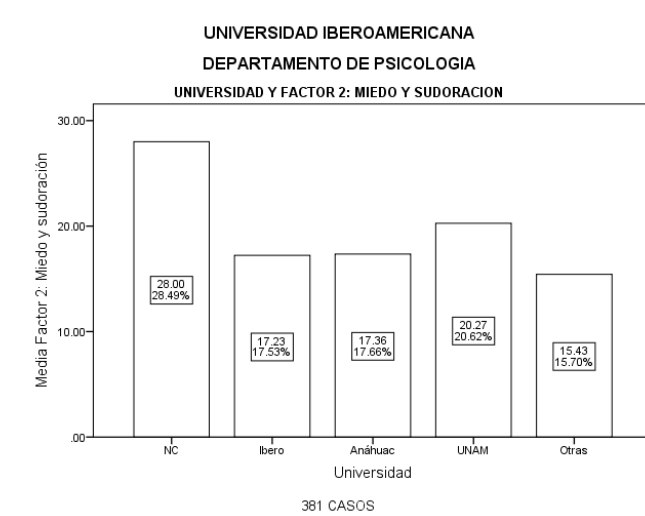


Gráfica 3. Respecto a la fobia a animales y el sexo, las mujeres tendieron a tener más fobia a los animales que los hombres.

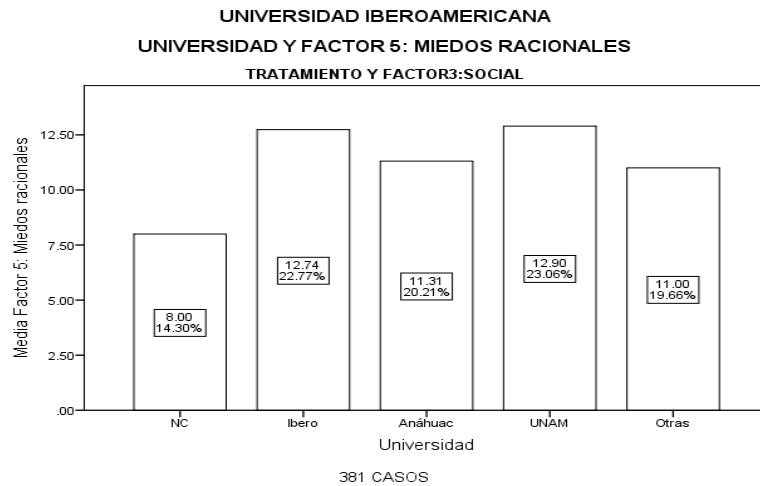
Se utilizó la prueba estadística no paramétrica Kruskal-Wallis para encontrar diferencias entre grupos, las cuales se muestran a continuación:



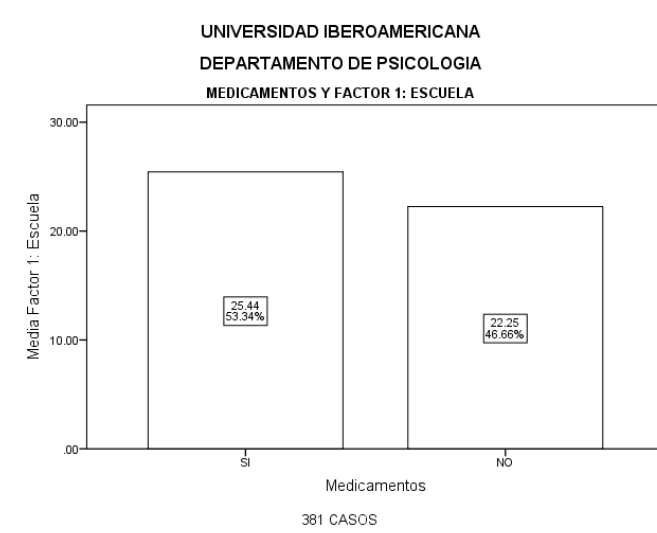
Gráfica 4. Según la diferencia de promedios, mientras más alto sea el promedio de los alumnos menor fobia social escolar tendrán.



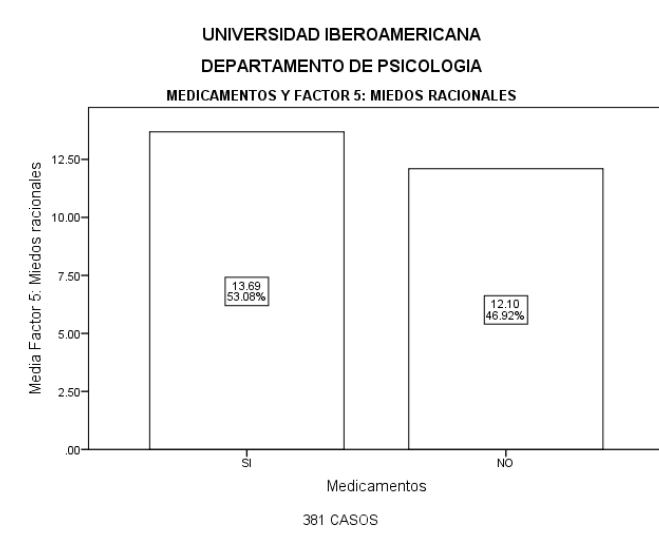
Gráfica 5. Se encontró un mayor porcentaje de alumnos de la UNAM con síntomas de miedo y sudoración comparado con las otras universidades.



Gráfica 6. Se encontró un mayor porcentaje de alumnos de la UNAM con miedos racionales comparado con los alumnos de otras universidades.



Gráfica 7. Se encontró que los alumnos que asisten a tratamiento psicológico sufren de mayor fobia social en la escuela que los que no.



Gráfica 8. Se encontró que los alumnos que toman medicamentos psiquiátricos suelen tener más miedos racionales que los que no toman medicamentos.

Discusión

Este trabajo se realizó con el principal objetivo de conocer qué es la fobia social, si es aprendida o no y sus afecciones en jóvenes universitarios mexicanos. El problema de investigación principal estuvo encaminado a identificar signos de fobia social antes de entrar a la universidad, y si el sexo o los diferentes programas académicos afectan en el incremento o disminución de los síntomas.

A través de encuestas tipo Likert y el análisis de resultados se pudo observar el comportamiento de alumnos universitarios ante la fobia social, por lo que se puede decir que el problema de investigación se pudo resolver en gran medida al obtener resultados relacionados con el problema de investigación.

Se puede decir que los sujetos contestaron hacia una perspectiva neutral en general, sin embargo se tomaban el tiempo para leer cada uno de los reactivos y contestarlos de una manera adecuada, lo cual se refleja en la congruencia de resultados y la confiabilidad y validez de la prueba. El instrumento fue el adecuado para conocer los síntomas más comunes de la fobia social, así como su prevalencia actual en jóvenes universitarios mexicanos. No obstante, podría mejorar si se realizaran activos en relación con antecedentes en la familia.

Con respecto a síntomas de fobia social relacionados con el tratamiento se encontraron diferencias significativas, contrario a lo que mencionan Olivares, Rosa, y Piqueras, (2005), los cuales dicen que los síntomas de fobia social disminuyen al ser tratados psicológicamente.

La segunda hipótesis comparó las situaciones en la escuela en las que podría haber fobia social con el grupo de sexo, en el cual no se encontraron diferencias significativas, contrario a lo que mencionan Van Ameringen, Mancini, y Farvolden, (2003). Los cuales hablan de las situaciones escolares como primordiales para identificar la fobia social.

Unos datos interesantes fueron arrojados con la tercera y cuarta hipótesis en donde se compara sexo con fobia a animales y sexo con miedos racionales, fueron estadísticamente significativas, en donde se muestra que las mujeres tienen más fobia a los animales y también más miedos racionales. Se puede deber

a cierto aprendizaje cultural de género en donde la mujer es débil y vulnerable más que los hombres.

La hipótesis que comparó promedio de prepa con fobia social, fue estadísticamente significativa, en donde mientras más bajo sea el promedio, mayor fobia social se presenta, tal y como lo dicen Van Ameringen, Mancini, y Farvolden, (2003), en un estudio que hacen en el cual demuestran que los alumnos con fobia social comúnmente tienen un bajo rendimiento escolar o llegan a dejar la escuela.

En cuanto a la hipótesis que comparó fobia social con universidades, los resultados arrojaron que uno de los síntomas principales (miedo y sudoración), lo suelen presentar más los alumnos de la UNAM. Puede ser debido a que es un mayor número de alumnos dentro del salón de clases o que se tiene un mayor nivel de exigencia.

La hipótesis que compara los miedos racionales con universidades, mostró que los alumnos de la UNAM son los que muestran esta variable en mayor grado. Podría ser debido a la creencia de que México es un país inseguro.

Por otro lado, se comparó la hipótesis de tiempo en tratamiento con fobia en la escuela y miedos racionales, las cuales salieron estadísticamente significativas. Por lo cual se podría decir que las personas que han ido a tratamiento psicológico tienden a tener más fobia social en la escuela y también miedos racionales. Se podría deber a diferentes situaciones, ya que ciertamente no se sabe la razón de asistir a terapia, entonces se debe de ahondar más en este tema para poder explicar más a fondo la causa de estos resultados.

Por otra parte, se observó que dentro de las personas que van a tratamiento psicológico o psiquiátrico, los medicamentos que comúnmente son más tomados, son los antidepresivos y en segundo lugar los ansiolíticos. Esta información puede ser palmada con lo que dicen Olivares, Rosa, y Piqueras, (2005) los cuales mencionan que la fobia social puede tener consecuencias graves como trastornos anímicos o de ansiedad grave.

En general se pudo observar en el análisis de resultados y las hipótesis que los alumnos universitarios muestran fobia social dependiendo de las variables con las

que sean comparadas, por lo tanto es importante recaudar más información sobre el tema para poder contrastar los resultados tomando en cuenta otros factores importantes que no se estudiaron en esta investigación pero que son fundamentales para ello. Se sugiere realizar las encuestas a alumnos que estén en los primeros semestres y en carreras específicas.

Conclusión

Finalmente, con esta investigación se busca identificar dentro de los salones de clase a los alumnos que padezcan de fobia social, creando un documento con los síntomas comunes del fenómeno. También, se pretende aplicar actividades durante el día de inducción para detectar y aplicar estrategias de aprendizaje para que el alumno se sienta cómodo haciendo su trabajo, potencializando sus propias habilidades. A largo plazo, se pretende aplicar campañas de sensibilización a la comunidad universitaria dentro de instituciones tanto privadas como públicas, interviniendo de una manera adecuada dentro del ambiente escolar donde el alumno pueda alcanzar su máximo desarrollo con sus propias capacidades.

Referencias Bibliográficas

- Antona Casas, C. J., Delgado Álvarez, M., García López, L. J., y Estrada Aranda, B. (2012). Adaptación transcultural de un tratamiento para la fobia social: un estudio piloto. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, (12) 35-48.
- Borges, G., Lara, C., Medina-Mora, M., y Zambrano, J. (2007). Social cost of mental disorders: disability and work days lost. The mexican survey of psychiatric epidemiology. *Salud Mental*, 30 (5), 4-11.
- Ghaedi, G. H., Tavoli, A., Bakhtiari, M., Melyani, M., y Sahragard, M. (2010). Quality of life in College Students with and without Social Phobia. *Social Indicators Research.*, 97 (2), 247-256.
- Fobias.org (2011) Fobias, fobias y como superarlas. Disponible en <http://www.fobias.org/fobia-social/consecuencias> Revisado el 17 de enero del 2014.
- Ingul, J. M., y Nordahl, H. M. (2013). Anxiety as a risk factor for school absenteeism: what differentiates anxious school attenders from non-attenders? *Annals of General Psychiatry*, 12-25.
- Instituto Nacional de Psiquiatría Ramón de la Fuente, Organización Mundial de la Salud y Secretaria de Salud (2003). *Encuesta nacional de epidemiología psiquiátrica (adultos)*. Recuperado el 17 de enero del 2014. Disponible en: <http://www.inprf.gob.mx/psicosociales/archivos/encuestaepidemiologia.pdf>
- Olivares, J., Rosa, A., y Piqueras, J. (2005). Detección temprana y tratamiento de adolescentes con fobia social generalizada. *Psicothema*, 1-8.
- Staudt, M. A., Stortti, M. A., Thomaé, V. M., y Morales, S. M. (2006). Fobia Social: una enfermedad discapacitante cada vez más frecuente. *Revista de Posgrado de la Vía Cátedra de Medicina*, 15-19.
- Tillfors, M., y Furmark, T. (2007). Social phobia in Swedish university students: prevalence, subgroups and avoidant behavior. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 42: 79-86.
- Van Ameringen, M., Mancini, C., y Farvolden, P. (2003). The impact of anxiety disorders on educational achievement. *Journal of Anxiety Disorders*, (17) 561-571.
- Real Academia Española, Diccionario de la lengua española (2013) Disponible en: <http://buscon.rae.es/drae/srv/search?id=Wy9YtNaO0DXX2uhtDb5a> Recuperado el 26 de febrero del 2014.