



## **ETIOLOGÍA DE LA FOBIA SOCIAL**

Pablo Sánchez Carrasco.

[pablothorin@hotmail.com](mailto:pablothorin@hotmail.com)

## **INTRODUCCIÓN**

La fobia social se caracteriza por un miedo marcado y persistente a las situaciones sociales o actuaciones en público concretas como, temor a hablar, escribir, comer o beber en público, a ser observado o rechazado, a hacer el ridículo, etc. Se trata de una timidez patológica que interfiere con el funcionamiento habitual de la persona. Los síntomas que aparecen son: rubor, taquicardia, palpitaciones, sudoración, temblor, cefalea y disnea, entre otras. La edad de inicio suele estar alrededor de los 10 años y su pronóstico se agrava si la persona presenta dos fobias simples.

## **OBJETIVO**

Conocer los factores que favorecen la aparición de la fobia social en personas vulnerables.

## **METODOLOGÍA**

Se trata de una revisión sistemática bibliográfica en las bases de datos sciELO, PubMed y EBSCO. Se detectaron diversos artículos y trabajos que presentaban el descriptor "etiología de la fobia social". Se seleccionaron los que hacían referencia también a la dieta y fármacos publicados entre 23/10/2017 y 21/12/2017. De esos, se incluyeron 4 y además se complementó con artículos primarios relevantes y artículos de revisión sobre dicho tema.

Para la selección de los artículos incluidos se introdujeron las ecuaciones de búsqueda y se aplicaron los criterios de inclusión. Primero se realizó una lectura del título y resumen y, posteriormente, una lectura crítica del texto completo. La lectura crítica se realizó según la guía de lectura crítica de estudios observacionales y el nivel de evidencia fue asignado siguiendo la escala GRADE para estudios cuantitativos.

## **RESULTADOS**

Las personas que lo padecen tienden a subestimar su competencia social y a sobreestimar el grado en que su ansiedad es percibida por los demás. La ansiedad anticipatoria puede comenzar antes del acontecimiento social previsto. Reconocen que sus miedos son irracionales pero son incapaces de controlarlo. Suelen tener dificultades para hacer amigos e incluso llegan a tomar drogas o alcohol para soportar las situaciones sociales.

## **ETIOLOGÍA DE LA FOBIA SOCIAL**

### **CONCLUSIÓN**

La fobia social es un trastorno que afecta a la vida cotidiana de la persona que la padece, interfiriendo en su vida social y en su calidad de vida severamente ya que se trata de una timidez patológica en el que la persona se ve incapaz de afrontar acontecimientos de la vida diaria lo cual dificulta el contacto y relación con los demás.