

XIII Jornadas de Investigación y Segundo Encuentro de Investigadores en Psicología del Mercosur. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires, 2006.

Estudio y abordaje interdisciplinario de la fobia a volar en avión. Diseño de investigación - acción desarrollado.

Alonso, Horacio Jorge, Ciancio, Vicente R., Galeano, Patricia, Bucchino, Julieta, Chinelli, Mariela y Adamo, Analía.

Cita:

Alonso, Horacio Jorge, Ciancio, Vicente R., Galeano, Patricia, Bucchino, Julieta, Chinelli, Mariela y Adamo, Analía (2006). *Estudio y abordaje interdisciplinario de la fobia a volar en avión. Diseño de investigación - acción desarrollado. XIII Jornadas de Investigación y Segundo Encuentro de Investigadores en Psicología del Mercosur. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.*

Dirección estable: <https://www.aacademica.org/000-039/1>

ARK: <https://n2t.net/ark:/13683/e4go/gbp>

Acta Académica es un proyecto académico sin fines de lucro enmarcado en la iniciativa de acceso abierto. Acta Académica fue creado para facilitar a investigadores de todo el mundo el compartir su producción académica. Para crear un perfil gratuitamente o acceder a otros trabajos visite: <https://www.aacademica.org>.

"ESTUDIO Y ABORDAJE INTERDISCIPLINARIO DE LA FOBIA A VOLAR EN AVIÓN". DISEÑO DE INVESTIGACIÓN - ACCIÓN DESARROLLADO.

Alonso, Horacio Jorge; Ciancio, Vicente R.; Galeano, Patricia; Bucchino, Julieta; Chinelli, Mariela; Adamo, Analía
Universidad Nacional de La Plata. Argentina

RESUMEN

Continuando con el Programa Interdisciplinario de Factores Humanos y Seguridad de Vuelo que desarrollamos en la UNLP, y habiendo ya estudiado población de Pilotos, Técnicos Aero-náuticos, y Médicos Aeroevacuadores. Focalizamos ahora en un nuevo método de estudio y tratamiento de Pasajeros que padecen Fobia a Volar en Avión (estimado entre 20 al 30% de la población general) además de Azafatas y Comisarios de Abordo. Señalamos las técnicas de estudio e intervención psicológica a emplear. Las que incluyen el novedoso y eficaz recurso de la Cámara Hipobárica, donde se simulan las condiciones medio-ambientales del Vuelo Aerocomercial. Enmarcado en un diseño de Investigación-acción: "estudio de campo" que permitirá explorar y precisar hipótesis de trabajo, obteniéndose aún mejores resultados que con métodos tradicionales.

Palabras clave

Angustia Fobia SDV Motivación

ABSTRACT

INTERDISCIPLINARY STUDY AND BOARDING OF AIRPLANE'S FLIGHT PHOBIA

In this presentation, we continue with de Human Factors and Flight Security Interdisciplinary Program we developed in te National University of La Plata, where we studied Pilots, Aero-nautical Technicians, and Air Rescue Doctors. In this case, the focus of our attention is a new method of study and treatment for passengers (between 20 to 30%) and aircrew who have Flight Phobia. We make known study and psychological techniques of intervention, one of those includes the "Hipobaric Camera", where environmental conditions of commercial flights are simulated. This is an Investigation-Action design that permits explore and determine work hypothesis, getting better results than traditional methods.

Key words

Anxiety Phobia SDV Motivation

INTRODUCCIÓN:

Continuando con el Programa de Capacitación y Prevención Interdisciplinario en Factores Humanos y Seguridad de Vuelo, y habiendo ya presentado en otras ponencias hallazgos psicológicos obtenidos en población de Pilotos, Técnicos Aeronáuticos, y Médicos Aeroevacuadores. Presentamos el Marco Teórico - Metodológico, Técnicas, y Diseño de Investigación - Acción construido, a fin de abordar el estudio y tratamiento de una afección poco conocida, aunque de gran relevancia teórico- práctica tal como la "**Fobia a Volar en Avión**" en **Personal Aeronáutico** (Tripulantes de Cabina de Pasajeros) y **Pasajeros de vuelos de Cabotaje e Internacionales**. Estos constituyen el universo poblacional de donde se toma la muestra, objeto de nuestro estudio.

Esta problemática surge de la frecuencia con que aparece la Fobia al Vuelo y sus consecuencias, estimada entre el 20 al 30% de la población general, afectando también a población específicamente vinculada a la actividad aeronáutica. Nuestra propuesta consiste en implementar un más riguroso y efectivo

método de tratamiento de la Aerofobia, que contempla la utilización de diversas técnicas y el novedoso uso de la "Cámara Hipobárica" (de altitud), la cual simula las condiciones atmosféricas del vuelo.

I. METODOLOGÍA Y TÉCNICAS UTILIZADAS:

Objetivo específico: Implementar un más riguroso y efectivo método de investigación y tratamiento de la Aerofobia, en pasajeros de Líneas Aéreas y tripulación de cabina de pasajeros, tendiente a interpretar las manifestaciones psicopatológicas como desajustes psicofisiológicos, que pueden expresarse en cualquiera de las siguientes tres áreas: biológica, psicológica y social.

Naturaleza Metodológica:

Se trata de un diseño de investigación denominado "Estudio de Campo" cuyo objetivo específico es Exploratorio, de tipo cuali-cuantitativo, el cual nos permitirá precisar hipótesis de trabajo y variables privilegiadas, incluyendo las modificaciones producidas por las intervenciones terapéuticas en los diferentes sujetos.

Naturaleza Temporal:

Dada la naturaleza del estudio, se decidió efectuar cortes sincrónicos (en determinados momentos del proceso) y diacrónico, (que nos permita recoger los datos de las variables elegidas a lo largo del proceso).

Selección de Casos:

Acorde la naturaleza metodológica de la investigación, y el carácter exploratorio del diseño, este no requiere de una muestra representativa, excepto el mantenimiento de determinadas constantes que permitan la comparación.

Técnicas de recolección de datos:

Dado el objetivo específico de investigación, utilizamos diversas **Técnicas Psicológicas:** Entrevista psicológica individual semi-dirigida confeccionada "ad hoc", Inventario de Ansiedad Estado -Rasgo de Spielberger, Cuestionario de Actitudes C. R.M, Cuestionario de Estilos de Afrontamiento, Técnica proyectiva de Hans Zulliger, e Intervenciones Psicoeducativas.

Examen Médico especializado, que incluye: examen clínico, ECG de reposo y ergometría, estudio otorrinolaringológico, examen neurológico, oximetrías, y análisis bioquímico completo. En etapas más avanzadas: Técnicas de información, esclarecimiento, y estimulación psicosensores, junto a recursos auxiliares tales como ejercicios de relajación y respiración, grupos de reflexión.

Merced al avanzado nivel científico del flamante **Instituto de Medicina Aeronáutica Civil de Quilmes**, se utilizará la Cámara Hipobárica (de Altitud) que simula las mismas condiciones psicofisiológicas del Vuelo Aerocomercial actual. Considerando que se obtendrán mejores resultados en esta "Afección Psicopatológica Específica de la Aviación Comercial". Dichas técnicas se aplicarán en diferentes momentos del proceso Psico-terapéutico.

II. CONCEPTUALIZACIÓN

Existen tres enfoques teórico - metodológicos, a saber:

a) Los aportes de la concepción Sistémica: definen la existencia de tres elementos interrelacionados en el ámbito aeronáutico: hombre -máquina - entorno, conformando un conjunto interdependiente, que cobra una significación propia más allá

de las características propias de cada elemento constitutivo. La Adaptación a una actividad atípica y riesgosa, requiere un complicado proceso de reacomodación psicofísica, en donde toda la psicopatología aeronáutica (incluyendo la fobia al vuelo), está comprendida en el "síndrome de desadaptación al vuelo" (SDV). El tratamiento de esta fobia específica, se realiza mediante intervenciones propias de la psicoterapia sistémica breve.

b) Cognitivo-Conductual: encontramos en la bibliografía dos versiones: **1.** el Programa de Tratamiento Asistido por Computadora (CAFFT), (UIB), España. Hipotetizando una mayor flexibilidad del sistema cardiovascular, como facilitador de la adaptabilidad a los cambios del medio, en sujetos sin fobia a volar en contraste con los fóbicos. Considera que la estrategia para vencer este tipo de angustia, es no rehuir las situaciones que la provocan. Por lo que el Programa se basa en "el principio de habituación por exposición repetida a estímulos ansiógenos". Consistente en la presentación de imágenes y sonidos relacionados con el hecho de viajar en avión, tomando diversas secuencias del mismo. **2.** Profesionales de la Línea Aérea Lufthansa, Alemania, entienden que el miedo se origina en Ideas o Pensamientos Distorsionados (negativos), que producen excitación corporal, y que corrigiendo esta distorsión del pensamiento el Miedo perderá su fuerza.

c) Psicoanalítica: comprende la fobia como miedo a un peligro determinado, producto de un monto de angustia libre en el aparato psíquico, que se liga a un objeto o situación para estabilizar el funcionamiento psíquico. Va acompañada de sensaciones corporales displacenteras. En relación al acto de nacimiento, la angustia siempre quedara ligada a un factor traumático; este es el prototipo de una vivencia de peligro que carece de contenido psíquico. El Yo es ubicado como sede de la angustia, y ante una señal o apronte de angustia desarrolla un mecanismo de defensa. El tratamiento por medio de la palabra, se orienta a ligar la angustia o energía libre, a alguna representación relacionada a su causa.

III. NUESTRO ENFOQUE CONCEPTUAL Y MÉTODO PROPUESTO

Definiciones conceptuales, con énfasis en los modelos psicoanalítico y sistémico

Angustia: estado afectivo de carácter displacentero, acompañado de diversas sensaciones corporales (principalmente sistema respiratorio y cardíaco). En su base existe un incremento de excitación, que por un lado da lugar al displacer, y por otro éste es morigerado por acciones de descarga, acompañado de tristeza. El miedo tiene una cierta función adaptativa previniendo al sujeto del peligro que corre su integridad. La Angustia en cambio tiene un origen misterioso y desorganiza la personalidad porque el Yo no sabe de quien defenderse. Es la suma de los miedos actuales y pretéritos no resueltos, la ansiedad consciente o inconsciente, fobias infantiles o actuales y el distress aeronáutico. **Fobia a Volar:** temor que genera intranquilidad constante, expresión de la angustia liberada en el aparato psíquico, la cual en un intento de ligarse a alguna representación, y estabilizar el funcionamiento psíquico, se asocia a un objeto o situación por desplazamiento, en este caso el volar, o más aún el avión mismo. **Motivación Aero-náutica:** implica una fuerza capaz de orientar pulsiones y de inducir comportamientos específicos. Las conductas motivadas son selectivas, activas y persistentes. Esta fuerza o empuje no puede ser sino compleja y conflictiva, movilizándolo al sujeto a hacer de una actividad riesgosa su profesión, hobby o acción, debiéndosela entender en sus tres niveles: consciente, pre-consciente e inconsciente.

Síndrome de Desadaptación al Vuelo (SDV): constructo gestado por Especialistas en Medicina y Psicología Aeronáutica ante la imposibilidad de contar con una clasificación psicopatológica que de cuenta de los trastornos psicofisiológicos específicos de la actividad aérea en sentido Preventivo. De este modo ha surgido el llamado SDV en sus diversas variantes, que involucra a toda la psicopatología aeronáutica desarrol-

da en las últimas décadas, acorde a la óptica sistémica del ser humano en situación lo requeriría un extenso desarrollo.

Metodología Propuesta de abordaje a la Fobia a Volar en Avión:

Ante esta problemática que afecta cada vez a más personas, es que hemos elaborado una metodología de abordaje y tratamiento, que consta de diversas etapas a saber:

1) Diagnóstico

Es imprescindible comenzar por establecer un diagnóstico que nos permita definir adecuadamente la problemática, y elaborar las estrategias de acción en cada caso. El proceso de diagnóstico estará dado por la Escucha clínica, y la experiencia profesional de situaciones prototípicas de vuelo angustiantes. Historia Clínica, Administración de Cuestionarios, Diferenciar: miedo a volar, claustrofobia, etc. Determinar si nos hallamos en presencia de inhibiciones o limitaciones funcionales, o frente a verdaderos síntomas resultado de un proceso patológico. El abordaje terapéutico es diferente en cada caso.

2) Trabajo sobre los significados personales asociados al temor.

Permite seguir particularizando la problemática del paciente, indagando sobre los significados personales asociados al temor a volar y las situaciones de vida relacionadas. Permite intervenir sobre esas interpretaciones, con miras a lograr nuevas interpretaciones, y la corrección de distorsiones perceptivas y cognitivas.

Esta etapa abordará en entrevistas individuales o grupales la mencionada problemática, con el objetivo de "actualizar" en situación de contención, cuestiones vinculadas al temor.

3) Información

Este es un aspecto central del tratamiento, que consiste en brindar información al paciente sobre los cambios orgánicos y alteraciones fisiológicas que pueden suscitarse en vuelo debido a los cambios de altitud y coordenadas espaciales y temporales. También se brinda información sobre el funcionamiento general del avión, las condiciones y dispositivos de seguridad, formación, capacitación y evaluación del personal aeronáutico. El objetivo es disminuir el monto de ansiedad que pueda estar generado por el desconocimiento del pasajero. Esta etapa proponemos realizarla en reuniones grupales.

4) Ejercicios de respiración y relajación

Utilización de técnicas de respiración y relajación, como parte de la terapéutica, pero también como herramienta personal para ejercitar previo al vuelo, y frente a posibles crisis durante el vuelo. Esta modalidad también puede realizarse en grupos.

5) Desensibilización progresiva

Sería la última etapa del proceso, previo chequeo médico y evaluación de parámetros físicos permanente. El que se llevaría a cabo en la Cámara Hipobárica, y consistiría en la recreación o simulación de condiciones de vuelo (altitud, sonido, imágenes), con el objetivo de lograr una desensibilización progresiva del paciente a través de repetidas experiencias de recreación, permitiéndole así disminuir el monto de ansiedad. La cantidad de exposiciones dependerá de las necesidades y progreso evidenciado por el paciente.

BIBLIOGRAFÍA

1. Campbell, D. y Stanley, J. "Diseños experimentales y cuasi-experimentales en la investigación social", Amorrortu editores, Bs.As. 1973.
2. Freud, Sigmund "Inhibición, síntoma y angustia" en "Obras Completas" Tomo XX, Amorrortu Editores, 1ra reedición en castellano, Bs.As.1986.
3. Leimann Patt, H. "Psiquiatría Aeronáutica Sistémica", Ediciones Kargieman, Bs.As. 1987.
4. Krefling, Rudolf "Cómo superar el miedo a volar" Ediciones Urano, 1994.
5. Bornas, X, Tortella-Feliu, M, & Llabrés, J. "Computer-assisted therapy for flight phobia". In R. Bor & L. van Gerwen (Eds.) "Psychological Perspectives on Fear of Flying" Ashgate, 199-210 U.K. 2003.
6. The Slowing Of Mental Visual Processing By Hypoxia. Ergonomics 36: 727-35/93