

Fundación Foro

Posgrado en Psicoterapias Cognitivas Contemporáneas

Clínica de los Trastornos de Ansiedad II: Obsesivo Compulsivo, Ansiedad Generalizada y Estrés Postraumático

1. Fundamentos

Los trastornos de ansiedad se cuentan entre las demandas de atención más usuales en la clínica actual. El Trastorno de Ansiedad Generalizada, el Trastorno Obsesivo Compulsivo y el Trastorno por Estrés Postraumático han sido, tradicionalmente y por muchos años, los trastornos de ansiedad que menos atención han recibido. Esta tendencia comienza a revertirse a partir en los últimos años para el caso de la Ansiedad Generalizada, con la aparición de la preocupación como elemento central en el diagnóstico del desorden.

En el Trastorno Obsesivo Compulsivo, nuevas técnicas y modelos han sido desarrollados para el tratamiento, combinando procedimientos cognitivos con los ya tradicionales de exposición y prevención de la respuesta. Por su parte, el estudio del Trastorno por Estrés Postraumático cobró especial fuerza, a partir de las investigaciones sistemáticas llevadas a cabo fundamentalmente en personas que habían participado en guerras y conflictos bélicos.

2. Objetivos

Se espera que al finalizar el curso los profesionales logren:

- ✓ Conocer las bases de la Psicoterapia Cognitiva Conductual para los Trastornos de Ansiedad Generalizada, Obsesivo Compulsivo y de Estrés Postraumático.
- ✓ Establecer un adecuado plan de tratamiento para estos trastornos desde un modelo cognitivo conductual.
- ✓ Desarrollar las habilidades para conducir un tratamiento en estos trastornos de ansiedad.
- ✓ Evaluar los resultados de los tratamientos utilizando medidas objetivas en el caso de los trastornos de ansiedad.
- ✓ Conocer las principales enfermedades psicosomáticas y sus abordajes.

- ✓ Tener en cuenta las principales variables implicadas en los tratamientos psicoterapéuticos de pacientes con problemas oncológicos.

3. Plan didáctico

Metodología: Se utilizarán exposiciones con el grupo, armado de cuadros, técnicas de rol playing y el trabajo con materiales clínicos.

Evaluación: Se realizará mediante un multiple choice y el desarrollo de un plan de tratamiento a partir de una viñeta clínica.

4. Programa sintético

Unidad 1: Modelos y tratamientos cognitivo conductuales del Trastorno de Ansiedad Generalizada

Unidad 2: Modelos y tratamientos cognitivo conductuales del Trastorno Obsesivo Compulsivo

Unidad 3: Modelos y tratamientos cognitivo conductuales del Trastorno por Estrés Postraumático

5. Programa analítico

Unidad 1: Modelos y tratamientos cognitivo conductuales del Trastorno de Ansiedad Generalizada

La evolución del Trastorno de Ansiedad Generalizada en el DSM. Preocupación normal y patológica. Diferenciación de preocupaciones con obsesiones, rumiaciones depresivas y recuerdos de trauma. La influencia del ambiente y el temperamento. El modelado de los padres. Aprendizaje del estilo evitativo y el asumir riesgos. Aproximaciones teóricas y empíricas. Preocupación como conducta cognitiva de evitación. Creencias positivas y negativas sobre la preocupación. La intolerancia a la incertidumbre. Psicoterapia Cognitiva y Metacognitiva del Trastorno de Ansiedad Generalizada.

Unidad 2: Modelos y tratamientos cognitivo conductuales del Trastorno Obsesivo Compulsivo

El contrato conductual: conciencia de enfermedad y alianza terapéutica. Exposición y prevención de la respuesta. Compulsiones encubiertas: rumiaciones. Detención y bloqueo del pensamiento. Evaluación mediante el Y-BOCS y el OBQ-Ext. Modelos cognitivos y

tratamiento del Trastorno Obsesivo Compulsivo. Los grupos de creencias. Sobreestimación del peligro. Fusión pensamiento acción. Responsabilidad excesiva. Demanda de certidumbre. Miedo a experiencias positivas. Perfeccionismo. Factores que reducen la eficacia del tratamiento. Psicoeducación.

Unidad 3: Modelos y tratamientos cognitivo conductuales del Trastorno por Estrés Postraumático

Criterios DSM. Presentación clínica. Factores de riesgo. Curso del TEPT. Teorías sobre el estrés postraumático. Respuesta subjetiva individual al trauma. Ciclos de respuesta al trauma. Elementos claves para el trabajo con el trauma. Estrés acumulativo. El estrés postraumático en el Desorden límite de personalidad. El estrés postraumático en el trastorno de ansiedad generalizada. Terapia cognitivo conductual del TEPT. Autodiálogo guiado. Reestructuración cognitiva. Exposición. EMDR vs. Simple exposición. La terapia del procesamiento cognitivo.

6. Cronograma

El criterio del dictado de la materia será flexible para adaptarse al ritmo particular de cada grupo. El cronograma aproximado es el siguiente:

Clase n° 1: Unidad 1: Modelos y tratamientos cognitivo conductuales del Trastorno de Ansiedad Generalizada.

Clase n° 2: Unidad 2: Modelos y tratamientos cognitivo conductuales del Trastorno Obsesivo Compulsivo.

Clase n° 3: Unidad 3: Modelos y tratamientos cognitivo conductuales del Trastorno por Estrés Postraumático.

7. Bibliografía

Bibliografía específica:

Este listado de textos está organizado por capítulos para facilitar la organización del estudio, para cada unidad se indica la bibliografía correspondiente, especificándose el capítulo o apartado. En algunos casos un mismo texto es utilizado para varias unidades.

Unidad 1: Modelos y tratamientos cognitivo conductuales del Trastorno de Ansiedad Generalizada

- Cía, A. (2007) *La ansiedad y sus trastornos*. Manual Diagnóstico y Terapéutico. Capítulo 4: Trastorno de Ansiedad Generalizada. Editorial Polemos. Buenos Aires.
- Dugas, M. J. y Ladouceur, R. (1997). Análisis y tratamiento del trastorno por ansiedad generalizada. En Caballo, V. (1997). *Manual para el tratamiento cognitivo-conductual de los trastornos psicológicos*. Vol. 1: Trastornos por ansiedad, sexuales, afectivos y psicóticos. Siglo XXI. Madrid.

Unidad 2: Modelos y tratamientos cognitivo conductuales del Trastorno Obsesivo Compulsivo

- Cía, A. (2007) *La ansiedad y sus trastornos*. Manual Diagnóstico y Terapéutico. Capítulo 6: Trastorno Obsesivo-Compulsivo. Editorial Polemos. Buenos Aires.
- Foa, E. y Wilson, R. (1991). *Venza sus obsesiones*. Ediciones Robinbook. Barcelona.
- Freeston, M. y Ladouceur, R. (1997). Análisis y tratamiento de las obsesiones. En Caballo, V. (1997). *Manual para el tratamiento cognitivo-conductual de los trastornos psicológicos*. Vol. I. Siglo XXI. Madrid.

Unidad 3: Modelos y tratamientos cognitivo conductuales del Trastorno por Estrés Postraumático

- Astin, M. y Resick, P. (1997). Tratamiento cognitivo conductual del trastorno por estrés postraumático. En Caballo, V. (1997). *Manual para el tratamiento cognitivo-conductual de los trastornos psicológicos*. Vol. I: Trastornos por ansiedad, sexuales, afectivos y psicóticos. Siglo XXI. Madrid.
- Cía, A. (2007) *La ansiedad y sus trastornos*. Manual Diagnóstico y Terapéutico. Capítulo 8: Trastorno por Estrés Agudo y Postraumático. Editorial Polemos. Buenos Aires.

Bibliografía general:

- American Psychiatric Association. (1994). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders*. 4th Ed. Autor. Washington DC.
- Bernstein, D. y Borkovec, T. (1973). *Progressive relaxation training*. Research Press. Champaign.
- Borkovec, T., Alcaine, O. y Behar, E. (2004). Avoidance theory of worry and generalized anxiety disorder. En Heimberg, R., Turk, C. y Mennin, D. (2004).

Generalized Anxiety Disorder: Advances in research and practice. The Guilford Press. New York.

- Borkovec, T. y Roemer, L. (1995). Perceived functions of worry among generalized anxiety disorder subjects: Distraction from more emotional topics? *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*. 26. Pp. 25-30.
- Cía, A. (1997). *Trastorno obsesivo compulsivo y síndromes relacionados*. El Ateneo. Buenos Aires.
- Dugas, M. y Robichaud, M. (2007). *Cognitive-behavioral treatment for generalized anxiety disorder: From science to practice*. Routledge. New York.
- Fernández, M. (1997). Control del diálogo interno y autoinstrucciones en Labrador F. y Muñoz, J. (1997). *Manual de técnicas de modificación y terapia de conducta*. Pirámide. Madrid.
- Foa, E. y Kozak, M. (1986). Emotional processing of fear: exposure to corrective information. *Psychological Bulletin*. 99. Pp. 20-35.
- Gavino, A. (1997). *Técnicas de terapia de conducta*. Martínez-Roca. Barcelona.
- Golfried, M. (1996). *De la terapia Cognitivo-Conductual a la Psicoterapia de Integración*. Desclée de Brouwer. Bilbao.
- Rachman, S. (1998). A cognitive theory of obsessions: elaborations. *Behaviour Research and Therapy*. 36. Pp. 385-401.
- Steketee, G. (1993). *Treatment of obsessive compulsive disorder*. Guilford. New York.
- Vallejo Pareja, M. (2001). Tratamientos psicológicos eficaces para el trastorno obsesivo compulsivo. *Psicothema* Vol. 13. 3. Pp 419-27.