

Docentes: Lic. Carmela Rivadeneira y Lic. Ariel Minici.
Terapia Cognitivo Conductual de los Trastornos Bipolares
Curso de formación a distancia.

Terapia Cognitivo Conductual de los Trastornos Bipolares

El presente curso constituye una instancia de profundización en la conceptualización, evaluación y tratamiento de los Trastornos Bipolares.

El curso se halla organizado alrededor de cuatro partes. La primera de ellas se aboca a las precisiones del diagnóstico, la epidemiología y los procesos psicopatológicos específicos de los Desórdenes Bipolares. Seguidamente, tenemos un módulo dedicado a la evaluación y otro al tratamiento de estos síndromes. Finalmente, se reservan las dos clases finales para la evaluación, tratamiento y prevención de la conducta suicida, por ser éste un tópico de gran relevancia en el tipo de problemática en cuestión. Durante las clases técnicas, se dispondrá de materiales fílmicos en los cuales los docentes muestran cómo se aplican concretamente las técnicas con los pacientes.

El curso se encuentra dirigido a profesionales o estudiantes del área de la salud o educación, especialmente a psicólogos y psiquiatras que deseen mejorar sus habilidades terapéuticas con herramientas prácticas, efectivas y científicamente validadas.

Clase 1. El diagnóstico de los Trastornos Bipolares.

- Criterios diagnósticos: Trastornos Bipolares. DSM-5.
- Trastorno Bipolar I y II.
- Distinción de términos y estados del estado de ánimo: manía, hipomanía, eutimia y depresión.
- Diagnóstico diferencial: diferencias entre los Trastornos Bipolares y otros trastornos asociados.
- Particularidades a considerar en casos de comorbilidad.
- Elementos epidemiológicos relevantes para el diagnóstico en casos de pacientes con Trastorno Bipolar.

Clase 2. Trastorno Bipolar: aspectos teóricos y conceptualización. Epidemiología.

- Caracterización del Trastorno Bipolar.
- Factores desencadenantes.
- Causas genéticas, biológicas y bioquímicas.
- Epidemiología.
- Funcionamiento del estado de ánimo: sistema límbico.
- Farmacología general.
- Tipos de Trastorno Bipolar (Tipo I, Tipo II, Tipo III).



Docentes: Lic. Carmela Rivadeneira y Lic. Ariel Minici.
 Terapia Cognitivo Conductual de los Trastornos Bipolares
 Curso de formación a distancia.

Clase 3. Trastorno Bipolar: evaluación de la depresión.

- Evaluación de la depresión.
- El uso de antidepresivos y el “switch” maníaco.
- Diagnóstico diferencial.
- Ritmos circadianos y hábitos.
- Anticipación de las recaídas.
- Escalas para evaluar depresión.
- Material fílmico: los docentes mostrarán cómo se efectúa la evaluación de un paciente bipolar en fase depresiva, mediante entrevista conductual.

Clase 4. Trastorno Bipolar: evaluación de la manía, hipomanía y episodios mixtos.

- Evaluación de la manía.
- Evaluación de la hipomanía.
- Evaluación de los episodios mixtos.
- El uso de antidepresivos y el “switch” maníaco.
- Ritmos circadianos y hábitos.
- Anticipación de las recaídas.
- Escalas para evaluar manía.
- Material fílmico: los docentes mostrarán cómo se efectúa la evaluación de un paciente bipolar en fase hipomaniaca y de episodio mixto, mediante entrevista conductual.

Clase 5. Introducción y generalidades del tratamiento cognitivo conductual para el Trastorno Bipolar. Aceptación y adherencia.

- Justificación del abordaje cognitivo conductual: efectividad.
- Nociones básicas de terapia farmacológica.
- Objetivos generales del tratamiento.
- Introducción al tratamiento cognitivo conductual: presentación de las principales técnicas terapéuticas utilizadas.
- El abordaje familiar: una estrategia presente en todas las intervenciones.
- Primer objetivo terapéutico: aceptación y adherencia.
- Técnicas para mejorar aceptación y adherencia: psicoeducación, contrato terapéutico, intervención familiar.



Docentes: Lic. Carmela Rivadeneira y Lic. Ariel Minici.
 Terapia Cognitivo Conductual de los Trastornos Bipolares
 Curso de formación a distancia.

- Material fílmico: los docentes realizarán muestras de la aplicación de las técnicas “psicoeducación” y “firma del contrato terapéutico”.

Clase 6. Detección prodrómica.

- Segundo objetivo: Detección de pródromos.
- Definición de pródromos. Utilidad en la detección.
- Herramientas terapéuticas en la detección prodrómica:
 - ✓ Línea histórica.
 - ✓ Resumen de síntomas por tipos de episodios.
 - ✓ Gráfico del estado de ánimo.
- Material fílmico: los docentes realizarán muestras de cómo se construye el “resumen de síntomas prodrómicos” y el “gráfico diario del estado de ánimo”.

Clase 7. Procedimientos predominantemente conductuales para la prevención y control de los episodios afectivos.

- Incremento de actividades positivas y saludables.
- Establecimiento de rutinas: terapia del ritmo y planificación de actividades.
- Hábitos básicos de manejo del sueño.
- Planificación de actividades agradables.
- Fraccionamiento de los objetivos y asignación gradual de actividades.
- Disminución y límite de la sobreestimulación.
 - ✓ Limitar las conductas en exceso.
 - ✓ Clasificar y priorizar las actividades.
 - ✓ Uso de autoinstrucciones.
- Material fílmico: los docentes mostrarán cómo se realiza psicoeducación y organización de hábitos saludables y la clasificación y la priorización de las tareas.

Clase 8. Procedimientos predominantemente cognitivos para la prevención y control de los episodios afectivos – Síntesis terapéutica.

- El cambio en el contenido cognitivo.
- Los contenidos cognitivos como disparadores o moduladores de los episodios anímicos: distorsiones cognitivas y pensamientos automáticos.
- Reestructuración cognitiva: aspectos esenciales y específicos al diagnóstico.

Docentes: Lic. Carmela Rivadeneira y Lic. Ariel Minici.

Terapia Cognitivo Conductual de los Trastornos Bipolares

Curso de formación a distancia.

- ✓ Detección de los pensamientos automáticos y errores cognoscitivos.
- ✓ Discusión y puesta a prueba de los contenidos cognitivos distorsionados.
- ✓ Registro escrito: detección y discusión.

- El cambio en los procesos cognitivos.
- La respuesta a la estimulación: atención, concentración y toma de decisiones.
- Afrontamiento de procesos cognitivos patológicos en depresión y manía.
- Principales técnicas terapéuticas para el control de los procesos cognoscitivos patológicos.
- Síntesis terapéutica: ¿Cómo organizar el tratamiento del paciente con Trastorno Bipolar?
- Material fílmico: los docentes realizarán muestras de cómo instruir a los pacientes para que efectúen una actividad a la vez y otros procedimientos orientados al control de los procesos cognoscitivos patológicos.

Clase 9. Suicidio en pacientes con Trastornos Bipolares.

- Definición y tipos de comportamientos suicidas.
- Ideación suicida, plan de suicidio, suicidio manipulativo, suicidio genuino.
- Diferencias de características entre las conductas suicidas en el Trastorno Bipolar y otros trastornos psiquiátricos.
- Epidemiología de los comportamientos suicidas en el Trastorno Bipolar.
- La relación entre los episodios depresivos y la conducta suicida en el Trastorno Bipolar.
- Factores sociales y culturales del suicidio: apoyo social, desempleo, estrés, etc.
- Teorías explicativas del suicidio en casos de pacientes con Trastornos Bipolares.

Clase 10. Suicidio: prevención y tratamiento del riesgo.

- Elementos facilitadores del suicidio.
- El rol del terapeuta ante un paciente suicida.
- Riesgo de suicidio durante la depresión.
- Riesgo de suicidio durante la manía.
- Tipos de suicidio en el T.B.
- Criterios de internación.
- Prevención del suicidio: detección de ideas y actos suicidas.
- Material fílmico: los docentes mostrarán cómo se evalúa y previene la conducta suicida en pacientes bipolares.

Docentes: Lic. Carmela Rivadeneira y Lic. Ariel Minici.

Terapia Cognitivo Conductual de los Trastornos Bipolares

Curso de formación a distancia.

Bibliografía general ampliatoria sugerida:

- ❖ American Psychiatric Association (2013) "DIAGNOSTIC AND STATISTICAL MANUAL OF MENTAL DISORDERS" Washington D.C.: A.P.A. Chapter. Bipolar and Related Disorders.
- ❖ Asociación Psiquiátrica Americana - A.P.A.: (1996) "Tratado de Psiquiatría". Ancora S.A., Barcelona, Cap. 13: *Trastornos del estado de ánimo*.
- ❖ Beck, A. y Steer, R.: (1993) "Escala de desesperanza de Beck", The Psychological Corporation, Texas.
- ❖ Beck, A.; Rush, A.; Shaw, B. y Emery, G.: (1983) "Terapia Cognitiva de la Depresión", Desclee de Brouwer, Bilbao-9. Cap. 10.
- ❖ Becoña Iglesias, E. y Lorenzo Pontevedra, M. (2003) "Guía de tratamientos psicológicos eficaces para el trastorno bipolar", en Pérez Álvarez, M. y col. (2003) "Guía de tratamientos psicológicos eficaces", Ediciones Pirámide, Madrid.
- ❖ Bobes García, J. y cols. (2004) Cap. 5.4 "Comportamientos suicidas y trastornos bipolares", "Comportamientos suicidas: prevención y tratamiento" ARS Médica, Barcelona, Cap.6.1: *Valoración clínica de los comportamientos suicidas*, Cap. 6.4: *Evaluación del riesgo de suicidio en los servicios de urgencia*, Cap. 7.1: *Algoritmo de manejo del paciente con riesgo suicida*, Cap. 7.2: *Apoyo a los supervivientes de una crisis suicida* y 7.3 *Aproximaciones terapéuticas preventivas*.
- ❖ Clemente, M. y González, A. (1996) "Suicidio. Una alternativa social", Biblioteca Nueva, Madrid. Cap. 2 y 4.
- ❖ Correa, E., Silva, H. y Risco, L. (2006) "Trastornos Bipolares", Editorial Mediterráneo, Santiago de Chile. Cap. 5: *Trastorno Bipolar Tipo I*, Cap. 6: *Trastorno Bipolar Tipo II*, Cap. 7: *Espectro Bipolar*, Cap. 21: *Psicoeducación: un tratamiento coadyuvante imprescindible*.
- ❖ Fawcett, J.; Golden, B. y Rosenfeld, N. (2000) "New Hope for People with Bipolar Disorder", Three Rivers Press, New York. Cap. 2, 3 y 4.
- ❖ Francesc, C. y Vieta, E. (2007) "Manual de psicoeducación para el trastorno bipolar", ARS Médica, Barcelona. Págs. 149-208.
- ❖ Freeman, A. y Reinecke, M.: (1995) "Terapia cognitiva aplicada a la conducta suicida", Desclee de Brouwer S.A., Bilbao. Cap. 3, 4, 5, 7 y 8.
- ❖ López, A. (2003) "Trastorno afectivo bipolar", EDAR S.A. Madrid.
- ❖ Mesa Cid, P. (1999) "Fundamentos de psicopatología general". Pirámide. Madrid. Cap. 7: *Psicopatología de la afectividad*.
- ❖ Mingote Adán, J. y col. (2004) "Suicidio. Asistencia clínica. Guía práctica de psiquiatría médica", Díaz de Santos, Madrid. Cap. 2, 4, 5, 6 y 11.
- ❖ Mingote Adán, J. y col. (2004) "Suicidio. Asistencia clínica. Guía práctica de psiquiatría médica", Díaz de Santos, Madrid. Cap. 7 y 8.
- ❖ Newman, C. y col. (2002) "El trastorno bipolar" Paidós, Barcelona.



Docentes: Lic. Carmela Rivadeneira y Lic. Ariel Minici.

Terapia Cognitivo Conductual de los Trastornos Bipolares

Curso de formación a distancia.

-
- ❖ Ramirez Basco, M. y Thase, M. (1997) "Tratamiento cognitivo conductual de los trastornos bipolares", en Caballo, V.: (1997) "Manual para el tratamiento cognitivo-conductual de los trastornos psicológicos", vol. 1, Siglo XXI de España Editores S.A., Madrid.
 - ❖ Sevillá Gascó, J. (2007) "Tratamiento cognitivo conductual de un paciente con trastorno bipolar", en Olivarez Rodríguez, J.; Espada Sánchez, J. y Méndez Carrillo, F. "Terapia Psicológica. Casos Pácticos" (2007) Ediciones Pirámide, Madrid.
 - ❖ Vázquez, C. y Muñoz, M. (¿?) "Entrevista diagnóstica en salud mental: adultos". Editorial Síntesis. Madrid. *Págs. 82-92.*
 - ❖ Vázquez, C. y Sanz, J.: "Trastornos del estado de ánimo: aspectos clínicos", en Belloch, A., Sandín, B. y Ramos, F.: (1995) "Manual de Psicopatología", vol. 1, McGraw-Hill / Interamericana de España, Madrid.