

Docentes: Lic. José Dahab, Lic. Carmela Rivadeneira y Lic. Ariel Minici.

Curso de formación a distancia.

Terapia Cognitivo Conductual de los Desórdenes Depresivos: Depresión y Distimia.

El presente curso constituye una instancia de profundización en la conceptualización, evaluación y tratamiento de los Trastornos Depresivos, particularmente en el Desorden Depresivo Mayor (genéricamente llamado Depresión Mayor) y el Trastorno Depresivo Persistente o Crónico (también denominado Distimia).

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 Depresivos. Luego, tenemos un módulo dedicado a la evaluación y el tratamiento del Trastorno Depresivo Mayor y otro abocado a la evaluación y tratamiento del Trastorno Depresivo Persistente. 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 filmicos en los cuales los docentes muestran cómo se aplican concretamente las técnicas con los pacientes.

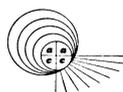
Se encuentra dirigido a profesionales o estudiantes del área de la salud o educación, especialmente a psicólogos y psiquiatras que deseen mejorar sus habilidades terapéuticas con herramientas prácticas, efectivas y científicamente validadas.

Clase 1. El diagnóstico de los Trastornos Depresivos. Epidemiología.

- Criterios diagnósticos: Trastornos depresivos. Criterios diagnósticos desde la perspectiva del DSM-V y diferencias con la versión anterior (DSM-IV-TR):
 - Episodio depresivo mayor y delimitación de nociones afines: depresión psicótica, melancolía, patrón estacional.
 - Trastorno depresivo mayor.
 - Trastorno distímico.
 - Trastorno ciclotímico.
 - Trastorno bipolar I y II: estados de manía, hipomanía y depresión. Eutimia. Crisis interepisódicas. Recaídas.
 - Duelo normal y patológico. Diferenciación con desorden adaptativo y distimia.
- Modelos de evaluación y conceptualización: psiquiátrica, psicológica y conductual.
- Signos, síntomas y síndromes asociados a los cuadros depresivos.
- Elementos para el diagnóstico y juicio clínico en la depresión.

Clase 2. Depresión: aspectos teóricos y conceptualización.

- Modelos explicativos de la depresión:



Docentes: Lic. José Dahab, Lic. Carmela Rivadeneira y Lic. Ariel Minici.

Curso de formación a distancia.

- Formulaciones biológicas y aspectos neurocientíficos.
- El modelo socioambiental.
- El modelo de desesperanza aprendida y su reformulación hacia la teoría del Estilo Explicativo.
- Modelo de autorreforzamiento.

Clase 3. Depresión: aspectos teóricos y conceptualización.

- Modelos explicativos de la depresión:
 - El modelo cognitivo.
- Predisposición y desencadenamiento de la depresión.
- Taller: los alumnos identificarán elementos de los modelos explicativos en viñetas clínicas proporcionadas por los docentes; luego recibirán un feedback por parte de los mismos.

Clase 4. Evaluación de la depresión.

- Sintomatología.
- Habilidades sociales.
- Cogniciones negativas.
- Actividades placenteras y sucesos aversivos.
- El análisis funcional.
- Técnicas de evaluación:
 - La entrevista conductual.
 - Autorregistros: diferentes modelos.
 - Medidas psicofisiológicas e indicadores biológicos.
 - Informe de terceros.
 - Observación directa y pruebas conductuales.
 - Tests y cuestionarios. “El inventario de depresión de Beck” y “Escala de desesperanza de Beck”.
- Ejercicio práctico: los alumnos construirán un análisis funcional sobre la base de una viñeta clínica proporcionada por los docentes.

Clase 5. Tratamiento cognitivo de la depresión.

- Psicoeducación.
- Técnicas de modificación de pensamientos y creencias en el paciente depresivo:

Docentes: Lic. José Dahab, Lic. Carmela Rivadeneira y Lic. Ariel Minici.

Curso de formación a distancia.

- Delimitación del significado idiosincrásico.
- Decatastrofización.
- Análisis de evidencias.
- Técnicas de reatribución.
- Reinterpretación de pensamientos negativos y distorsionados.
- Modificación de sesgos cognitivos.
- Revalorización de recursos personales.
- Modificación de la tríada cognitiva de la depresión.
- El papel del pensamiento condicional en casos de pacientes con depresión.
- Casos clínicos: Se mostrarán videos en los que se representan las técnicas cognitivas que se aplican en casos de depresión.

Clase 6. Tratamiento conductual de la depresión.

- Activación Conductual: Programación de actividades.
- Técnicas de condicionamiento operante para el incremento de conductas activas y disminución de conductas depresivas: reforzamiento gradual, moldeamiento y reforzamiento diferencial.
- Asignación de tareas graduales.
- Ensayo conductual encubierto.
- Abordaje conductual de la postergación.
- Entrenamiento en asertividad y role-playing.
- Terapia Conductual Familiar.
- Terapia de aceptación y compromiso.
- Casos clínicos: Se mostrarán videos en los que se representan las principales técnicas conductuales que se aplican en casos de depresión.

Clase 7. Distimia: Conceptualización y diagnóstico.

- Tristeza normal y patológica.
- Caracterización de la distimia: diagnóstico diferencial.
- Distimia, tristeza normal y depresiones menores.
- Causales y detonantes de la distimia.

Clase 8. Distimia: evaluación y tratamiento.

- Evaluación de la distimia:

Docentes: Lic. José Dahab, Lic. Carmela Rivadeneira y Lic. Ariel Minici.

Curso de formación a distancia.

-
- Establecimiento del diagnóstico.
 - El uso de procedimientos técnicos para la evaluación: entrevista conductual y autorregistros.
 - Nociones básicas del abordaje farmacológico.
 - El tratamiento de la distimia:
 - Especificidad del tratamiento de la distimia.
 - Adecuación de las técnicas cognitivo conductuales al tratamiento de la distimia.
 - Selección de las conductas objetivo.
 - Psicoeducación.
 - Reestructuración cognitiva.
 - Modificación del estilo explicativo.
 - Identificación de fuentes de agrado y placer.
 - Manejo del estrés y cambio de hábitos.

Clase 9. Modelos teóricos y epidemiología del comportamiento suicida.

- Epidemiología del suicidio.
- Tipos de comportamientos suicidas: diferencias entre acto, intento y suicidio.
- Etiología de las conductas suicidas.
- Teorías psicológicas y sociológicas sobre el suicidio.
- Factores de personalidad, depresión y suicidio.
- Psicopatología y suicidio: características de los comportamientos suicidas en la depresión, los trastornos bipolares y la esquizofrenia.
- La importancia de los estudios estadísticos en la detección y pronóstico del paciente con potencial suicida.

Clase 10. Suicidio: prevención y tratamiento del riesgo.

- Elementos facilitadores del suicidio.
- El rol del terapeuta ante un paciente suicida.
- El rol de la familia cuando un paciente quiere suicidarse.
- Necesidad de romper con ciertos mitos en relación al suicidio.
- Criterios de internación.
- Prevención del suicidio: técnicas cognitivas para reducir la desesperanza.
- La evaluación de la conducta suicida: análisis funcional y topográfico.

Docentes: Lic. José Dahab, Lic. Carmela Rivadeneira y Lic. Ariel Minici.

Curso de formación a distancia.

Bibliografía general ampliatoria sugerida:

- ❖ Akiskal, H. y Cassano, G. (1997) "Dysthymia and the spectrum of chronic depressions", Guilford Press, New York. Cap. 1, 2, 3, 13 y 14.
- ❖ Arean, P. (2000) "Terapia de solución de problemas para la depresión: teoría, investigación y aplicaciones". Psicología conductual, 8, 547-559.
- ❖ Asociación Psiquiátrica Americana - A.P.A.: (1996) "Tratado de Psiquiatría". Ancora S.A., Barcelona, Cap. 13: *Trastornos del estado de ánimo*.
- ❖ Asociación Psiquiátrica Americana (2002) "Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales. Texto Revisado (DSM-IV-TR)" Washington D.C.: A.P.A. Cap. Trastornos del estado de ánimo.
- ❖ Beck, A. (1978) "Inventario de depresión de Beck", en Beck, A.; Rush, A.; Shaw, B. y Emery, G.: (1983) "Terapia Cognitiva de la Depresión", Desclee de Brouwer, Bilbao-9.
- ❖ 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. 1: *Visión General*, Cap. 2: *El papel de las emociones en la terapia cognitiva*, Cap. 7: *Aplicación de técnicas conductuales*, Cap. 8: *Técnicas cognitivas*, Cap. 9: *Determinación de síntomas objetivos* y Cap. 12: *Supuestos depresógenos*.
- ❖ Bobes García, J. y cols. (2004) "Comportamientos suicidas: prevención y tratamiento" ARS Médica, Barcelona, Cap. 5.3 *Comportamientos suicidas y trastornos depresivos*, 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*.
- ❖ Bosqued, M. (2005) "Vencer la depresión" Desclee de Brouwer, Bilbao. Cap. 9: *Terapias Cognitivas*, Cap. 11: *Entrenamiento en habilidades sociales*, Cap. 12: *Entrenamiento en asertividad* y Cap. 13 *Control de estímulos*.
- ❖ Carlson, N. (1996) "Fundamentos de Psicología Fisiológica", Prentice Hall, México. Págs. 685-701.
- ❖ Clemente, M. y González, A. (1996) "Suicidio. Una alternativa social", Biblioteca Nueva, Madrid. Cap. 2 y 4.
- ❖ Cócix, J. and Klein, D. (1995) "Diagnosis and treatment of chronic depression", Guilford Press, New York. Cap. 1, 2, 3, 4, 6 y 9.
- ❖ Craighead, W. E.; Hart, A. y Madsen, J. W. (2000) "Estado actual de la recaída / recurrencia de la depresión mayor", Psicología Conductual, 8, 525-545.
- ❖ Freeman, A. y Oster, C.: (1997) "Terapia cognitiva de la depresión" en Caballo, V.: (1997) "Manual para el tratamiento cognitivo-conductual de los trastornos psicológicos", vol. 1, Siglo XXI de España Editores S.A., Madrid.

Docentes: Lic. José Dahab, Lic. Carmela Rivadeneira y Lic. Ariel Minici.

Curso de formación a distancia.

-
- ❖ Freeman, A. y Reinecke, M.: (1995) "Terapia cognitiva aplicada a la conducta suicida", Desclee de Brouwer S.A., Bilbao.
 - ❖ Frojan Parga, M (1998) "Consultoría Conductual", Ediciones Pirámide, Madrid. Cap. 7 y 8.
 - ❖ Lewinsohn, P.; Gotlib, I. y Hautzinger, M. (1997) "Tratamiento conductual de la depresión unipolar", en Caballo, V.: (1997) "Manual para el tratamiento cognitivo-conductual de los trastornos psicológicos", vol. 1, Siglo XXI de España Editores S.A., Madrid.
 - ❖ Limiñana Gras, R. y Corvalán Berná, F. (2007) "Intervención en un caso de duelo y adaptación a la pérdida", en Olivarez Rodríguez, J.; Espada Sánchez, J. y Méndez Carrillo, F. "Terapia Psicológica. Casos Pácticos" (2007) Ediciones Pirámide, Madrid.
 - ❖ Maldonado, A.; Luque, G. Y Herrera, A.: (1999) "Cognición, estilo atribucional y depresión", Ansiedad y Estrés vol. 5 (2-3): 161-173.
 - ❖ Maldonado, Antonio ((1998) "Aprendizaje, cognición y comportamiento humano", Biblioteca Nueva, Madrid. *Cap. 12: La indefensión aprendida: comportamiento depresivo y fracaso escolar.*
 - ❖ 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.
 - ❖ Moerk, K. y Klein, D. (2000) "Diagnóstico, evaluación y tratamiento de la depresión crónica", Psicología Conductual, 8, 511-523.
 - ❖ Navarro Arias, R. (1990) "Psicoterapia antidepresiva", Trillas, México. Cap. 5: *Las actividades placenteras y el buen humor*, Cap. 6: *La modificación de las interacciones sociales depresivas*, Cap. 7: *El control de los pensamientos depresivos* y Cap. 9: *Los roles falsos y las manipulaciones depresivas.*
 - ❖ Overmier, B.: (1986) "Lecciones de desesperanza aprendida", Revista Latinoamericana de Psicología, 18:3.
 - ❖ Pérez Álvarez, Marino y García Montes, J. (2003) "Guía de tratamientos psicológicos eficaces para la depresión" en Pérez Álvarez, M. y col. (2003) "Guía de tratamientos psicológicos eficaces", Ediciones Pirámide, Madrid.
 - ❖ Rozenweig, M., Leiman, A. y Breedlove, S. (2001) "Psicología Biológica", Editorial Ariel. Barcelona. Págs. 610-619.
 - ❖ Santacreu, J.: (1994) "Evaluación conductual de la depresión", en Fernández-Ballesteros, R. y Carrobbles, J.: (1994) "Evaluación conductual. Métodos y aplicaciones", Ediciones Pirámide, Madrid.
 - ❖ Seligman, M.: (1990) "El optimismo se adquiere", Atlántida, Buenos Aires, *Cap. 3: Explicando la desdicha.*
 - ❖ Vásquez, F.; Muñoz, R. y Becoña, B. (2000) "¿Qué tratamientos son eficaces para tratar la depresión: psicológicos, médicos o combinados?", Psicología Conductual, 8, 561-591.
 - ❖ Vázquez, C. (2007) "Tratamiento psicológico en un caso de depresión mayor" en Olivarez Rodríguez, J.; Espada Sánchez, J. y Méndez Carrillo, F. "Terapia Psicológica. Casos Prácticos" (2007) Ediciones Pirámide, Madrid.

Docentes: Lic. José Dahab, Lic. Carmela Rivadeneira y Lic. Ariel Minici.

Curso de formación a distancia.

- ❖ Vázquez, C. y col. (2006) “La evaluación de la depresión en adultos”, en Caballo, V. (2006) Manual para la evaluación clínica de los trastornos psicológicos. Ediciones Pirámide. Madrid.
- ❖ Vázquez, C. y Muñoz, M. (¿?) “Entrevista diagnóstica en salud mental: adultos”. Editorial Síntesis. Madrid. Págs. 69-95 y 77-81.
- ❖ 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.
- ❖ Vázquez, L; Muñoz, F. y Becoña, E. (2000) Depresión: Diagnóstico, modelos teóricos y tratamiento a finales del siglo XX. Psicología Conductual, 8, 419-449.
- ❖ Vila Castellar, J. (1996) “Introducción a la psicofisiología clínica”. Pirámide. Madrid. Cap. 12: Trastornos psicopatológicos, Págs. 166-167.
- ❖ Wilcoxon, L., Schrader, S. y Nelson, E.: (1981) “Formulaciones conductuales de la depresión”, en Craighead, W., Kazdin, A. y Mahoney, M.: (1981) “Modificación de conducta. Principios, técnicas y aplicaciones”, Omega S.A., Barcelona.