

Terapia Cognitivo Conductual del Trastorno de Pánico y la Agorafobia

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

Curso de formación a distancia.

Curso de formación a distancia.

Terapia Cognitivo Conductual del Trastorno de Pánico y la Agorafobia.

El presente curso constituye una instancia de profundización en el tratamiento psicológico de orientación cognitivo conductual del desorden de pánico y la agorafobia, dos de los cuadros de mayor frecuencia en las consultas de los psicólogos clínicos en la actualidad.

El curso se encuentra estructurado en tres grandes ejes. El primer módulo desarrolla la conceptualización diagnóstica y los principales procesos psicopatológicos específicos de los trastornos mencionados. El segundo eje se dedica a la evaluación y el tercero, al tratamiento. El curso se completa con representaciones filmadas de la aplicación de las principales técnicas a fin de que los alumnos tengan una muestra práctica y realista de aplicación de los procedimientos.

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.

1. Conceptualización del trastorno de pánico.

- Criterios diagnósticos de DSM
- Diagnóstico diferencial entre ataque y trastorno de pánico.
- Comorbilidad con otros trastornos.
- Niveles de respuesta: componente cognitivo y fisiológico
- Condicionamiento clásico y operante en el pánico.
- Vulnerabilidad biológica y psicológica.
- Teorías psicológicas contemporáneas de pánico.
- Bases biológicas del pánico: uso de fármacos.

2. Conceptualización de la agorafobia.

- Criterios diagnósticos del DSM
- Condicionamiento clásico y operante en la agorafobia.
- Grados de agorafobia.
- Concepto de sensibilidad a las sensaciones interoceptivas.
- Situaciones características evitadas por los agorafóbicos.
- Diferencias conceptuales entre pánico y agorafobia.

Terapia Cognitivo Conductual del Trastorno de Pánico y la Agorafobia

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

Curso de formación a distancia.

3. Evaluación del trastorno de pánico con agorafobia: conceptualización.

- La evaluación conductual: una visión general.
- Especificidades de la evaluación del trastorno de pánico.
- Especificidades de la evaluación de la agorafobia.

4. Evaluación del trastorno de pánico con agorafobia: aspectos técnicos.

- Entrevista conductual.
- Autorregistros: diferentes modelos.
- Autoinformes: ejemplos de los principales instrumentos utilizados.

Material fílmico: los docentes realizarán una representación de la entrevista conductual aplicada a un paciente con trastorno de pánico con agorafobia.

5. Evaluación del trastorno de pánico con Agorafobia: taller.

- Los alumnos realizarán un ejercicio con una viñeta clínica provista por los docentes.
- Se recibirá un feedback sobre el ejercicio en una presentación audiovisual.

6. Tratamiento del trastorno de pánico con agorafobia: técnicas predominantemente cognitivas.

- Psicoeducación.
 - ✓ Características generales del procedimiento.
 - ✓ Contenidos y procedimientos.
 - ✓ Especificidad en el trastorno por pánico.

Material fílmico: los docentes mostrarán el circuito de autoactivación del pánico.

7. Tratamiento del trastorno de pánico con agorafobia: técnicas predominantemente cognitivas.

- Identificación de pensamientos automáticos.
- La modificación de pensamientos automáticos: discusión cognitiva.
- Búsqueda de evidencias.
- Decatastrofización y reinterpretación de las sensaciones fisiológicas de ansiedad.

Material fílmico: se muestran ensayos de aplicación de dos procedimientos de modificación de pensamientos: Análisis de evidencias y desdramatización.

Terapia Cognitivo Conductual del Trastorno de Pánico y la Agorafobia

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

Curso de formación a distancia.

8. Tratamiento del trastorno de pánico con agorafobia: técnicas predominantemente conductuales.

- Adquisición y entrenamiento en técnicas de Respiración abdominal.
- Relajación diferencial.
- Entrenamiento en refocalización atencional (EFA).

Material fílmico: se muestran modelados de Técnicas de Respiración abdominal y de refocalización atencional.

9. Tratamiento del trastorno de pánico con agorafobia: técnicas predominantemente conductuales.

- Técnicas de exposición interoceptiva:
 - ✓ Hiperventilación y respiración lenta.
 - ✓ Concentración en las propias sensaciones fisiológicas
 - ✓ Ejercicios específicos de activación psicofisiológica.
 - ✓ Lectura de pares asociados.

Material fílmico: se muestra la aplicación de hiperventilación y exposición a sensaciones fisiológicas.

10. Tratamiento de agorafobia: exposición en vivo.

- Revisión general de las principales investigaciones contemporáneas, sobre tratamientos eficaces en pacientes con pánico y agorafobia.
- Técnicas de exposición:
 - ✓ Condiciones de aplicabilidad en pacientes con agorafobia.
 - ✓ Variables de potencian la eficacia de la exposición.
 - ✓ Objetivos y fases del tratamiento

11. Examen.

Bibliografía:

- ❖ AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION (APA). (2002). Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales DSM-IV-TR. Barcelona: Masson.

Terapia Cognitivo Conductual del Trastorno de Pánico y la Agorafobia

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

Curso de formación a distancia.

- ❖ Bados López, A. (1995) "Agorafobia", tomo 1: Naturaleza, etiología y evaluación. Paidós, Buenos Aires. Cap. 1: ¿Qué es la agorafobia? Cap. 3: *Génesis y mantenimiento de la agorafobia* Cap. 4: *Evaluación de la agorafobia*.
- ❖ Bados López, A. (1995) "Agorafobia", tomo 2: Tratamientos psicológicos y farmacológicos. Paidós, Buenos Aires. Cap. 5, acápite 5.2.6.9 "Fármacos" págs. 443 a 495.
- ❖ Bados López, A. (2000) "Agorafobia y ataques de pánico", Ediciones Pirámide, Madrid. Págs. 331-333.
- ❖ Bados López, A. (2003) "Guía de tratamientos psicológicos eficaces para la agorafobia", en Pérez Álvarez, M. y col. (2003) "Guía de tratamientos psicológicos eficaces", Tomo I: Adultos, Ediciones Pirámide, Madrid.
- ❖ Botella, C. y Ballester, R.: (1997) "Trastorno de pánico: evaluación y tratamiento", Martínez Roca, Barcelona. Cap. 1: *El trastorno de pánico* Cap. 2: *Evaluación del trastorno de pánico* Cap. 4: *El componente educativo del tratamiento* y Cap. 5: *La discusión cognitiva de los pensamientos catastróficos* Cap. 6: *La hiperventilación y el entrenamiento en respiración lenta* y Cap. 7: *El entrenamiento en técnicas de distracción*.
- ❖ Botella Arbona, C. (2003) "Guía de tratamientos psicológicos eficaces para el trastorno de pánico", Pérez Álvarez, M. y col. (2003), ob. cit.
- ❖ Carpintero, H. (2000) "Notas históricas sobre la ansiedad". Ansiedad y Estrés vol. 6 (1).
- ❖ Craske, M. y Lewin, M.: (1997) "Trastorno por pánico", págs. 113-118, en Caballo, V.: (1997) "Manual para el tratamiento cognitivo-conductual de los trastornos psicológicos", vol. 1, Siglo XXI de España Editores S.A., Madrid.
- ❖ Gadea, M.; Espert, R. y Navarro, J. F. "Bases biológicas de los ataques de pánico" en Navarro, J. F. (2000) "Bases biológicas de las psicopatologías". Ediciones Pirámide, Madrid.
- ❖ Inventarios, escalas y cuestionarios.
 - Chambless, D.L. y col. (1985) "Inventario de movilidad para la agorafobia".
 - Chambless, D.L. y col. (1984) "Cuestionario de sensaciones corporales".
 - Chambless, D.L. y col. (1984) "Cuestionario de cogniciones".
 - Peterson y Reiss (1987) "Inventario de sensibilidad a la ansiedad".
 - Echeburúa y col. (1988) "Escala de interferencia".
 - Michelson, L. y col. (1988) "Cuestionario de ataques de pánico".
- ❖ Mesa Cid, P. (1999) "Fundamentos de psicopatología general". Pirámide. Madrid. Cap. 7, acápite 7.2: *La ansiedad patológica*, Págs. 190-193.
- ❖ Sandín, B. y Chorot, P.: "Concepto y categorización de los trastornos de ansiedad", en Belloch, A., Sandín, B. y Ramos, F.: (1995) "Manual de Psicopatología", vol. 1, McGraw-Hill / Interamericana de España, Madrid.
- ❖ Sandín, B.: "Teorías sobre los trastornos de ansiedad", en Belloch, A., Sandín, B. y Ramos, F.: (1995) ob. cit.
- ❖ Vázquez, C. y Muñoz, M. (¿?) "Entrevista diagnóstica en salud mental: adultos". Editorial Síntesis. Madrid. Págs. 97-106.
- ❖ Vila Castellar, J. (1996) "Introducción a la psicofisiología clínica". Pirámide. Madrid. Cap. 13: *Psicofisiología de la ansiedad*, Págs. 170-177.