

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

Curso de formación a distancia.

---

## ***Terapia Cognitivo Conductual del Trastorno de Ansiedad Generalizada.***

El presente curso constituye una instancia de profundización en la conceptualización, evaluación y tratamiento del Trastorno de Ansiedad Generalizada (T.A.G.), uno de los cuadros de mayor frecuencia en las consultas actuales de los psicólogos clínicos.

El curso haya organizado alrededor de tres ejes. El primero de ellos se avoca a las precisiones del diagnóstico y de los procesos psicopatológicos específicos del T.A.G. El segundo eje aborda las características de la evaluación del cuadro mencionado, punto de inicio de un tratamiento adecuadamente conducido. La tercera parte del curso se dedica al tratamiento propiamente dicho, con especial énfasis en las técnicas terapéuticas con efectividad comprobada empíricamente. Durante las clases técnicas, se dispondrá de materiales fílmicos 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. Trastorno de ansiedad generalizada: aspectos diagnósticos y teóricos.**

- Criterios diagnósticos del DSM IV.:
  - Comorbilidad con otros trastornos.
  - Diagnóstico diferencial.
- Concepto de preocupación:
  - Preocupación y ansiedad.
  - Preocupación y obsesiones.
  - Preocupación y rumiaciones.
- Variables de aprendizaje:
  - La influencia del ambiente.
  - Temperamento y ansiedad.
  - El modelado de los padres.
  - Aprendizaje del estilo evitativo y de asumir riesgos.
- Farmacología general.

### **Clase 2. Trastorno de ansiedad generalizada: la preocupación como conducta de evitación.**

- Definición de la preocupación sana y patológica.
- La preocupación como un sistema sano de detección y evitación de peligros.
- La preocupación como un sistema patológico de detección y evitación de peligros.

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

Curso de formación a distancia.

- 
- La preocupación como conducta cognitiva de evitación.
    - Evitación de imágenes catastróficas.
    - Evitación de la ansiedad somática.
    - Evitación de eventos negativos futuros.
  - Mecanismos de mantenimiento de la preocupación patológica.

### **Clase 3. Trastorno de ansiedad generalizada: procesamiento de información e intolerancia a la incertidumbre.**

- Sesgos cognitivos en el procesamiento de la información.
  - Codificación, asignación de significado y recuperación mnemónica.
  - Similitudes y diferencias entre rasgo elevado de ansiedad y T.A.G.
  - Valor etiológico de los sesgos en la vulnerabilidad a la ansiedad y predisposición al T.A.G.
- El rol de la intolerancia a la incertidumbre.
  - Distinción entre intolerancia a la incertidumbre y preocupación.
  - El rol de la intolerancia a la incertidumbre en la preocupación normal y patológica.
  - El rol de la intolerancia a la incertidumbre en la etiología y mantenimiento del T.A.G.
  - La intolerancia a la incertidumbre como factor de riesgo en el desarrollo del T.A.G.

### **Clase 4. Evaluación Psiquiátrica del trastorno de ansiedad generalizada.**

- Evaluación diagnóstica basada en los criterios del DSM-IV.
- Detección de la fenomenología característica del TAG.
- Diferencia entre preocupación normal y preocupación patológica.
- Diagnóstico diferencial.
- Trastornos que presentan alta comorbilidad con el TAG.
- Datos epidemiológicos que facilitan la evaluación diagnóstica del caso.
- Entrevista estructurada para la detección del TAG.
- Instrumentos psicométricos utilizados en el T.A.G: escalas, inventarios y cuestionarios.

### **Clase 5. Evaluación conductual del trastorno de ansiedad generalizada.**

- Evaluación conductual: análisis topográfico y funcional.
- Inventario general de preocupaciones.

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

Curso de formación a distancia.

- 
- Material fílmico: Los docentes mostrarán mediante un video la aplicación del inventario general de preocupaciones.
  - Análisis topográfico del TAG:
    - Niveles de respuesta: Distorsiones cognitivas, ansiedad patológica y conductas motoras.
    - Registro de preocupaciones de problemas reales y potenciales.
  - Análisis funcional del TAG:
    - Identificación de episodios/secuencias que provocan la emisión de preocupaciones y ansiedad.
    - Situaciones evitadas por el paciente.
    - Conductas confirmatorias o de reaseguro.
    - El papel de las consecuencias: La evitación emocional/experiencial.
  - Caso clínico:

Los alumnos llevarán a cabo un análisis topográfico y funcional a partir de una viñeta clínica de un paciente con T.A.G; se realizarán ejercicios de:

    - Clasificación del comportamiento en los diversos niveles de respuesta.
    - Detección y clasificación de preocupaciones.
    - Construcción de secuencias funcional según episodios de ansiedad.
    - Conceptualización del caso.
    - Construcción del análisis funcional.
    - Formulación de hipótesis.
    - Establecimiento de objetivos.

### **Clase 6. El tratamiento del trastorno de ansiedad generalizada.**

- Tratamiento del componente cognitivo:
- Utilización de una viñeta clínica:
  - Detección de ansiedad y preocupaciones.
  - Análisis funcional identificando los componentes cognitivos.
- Técnicas cognitivas:
  - Psicoeducación.
  - Reestructuración cognitiva.
  - Exposición a las preocupaciones.
  - Análisis de costos y beneficios en las conductas de afrontamiento.
- Material fílmico: Los docentes mostrarán la aplicación de la exposición funcional cognitiva.

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

Curso de formación a distancia.

---

## **7. El tratamiento del trastorno de ansiedad generalizada.**

- Técnicas conductuales.
- Utilización de una viñeta clínica.
- Tratamiento del componente motor.
  - Prevención de la Respuesta para conductas en exceso.
  - Exposición en vivo para conductas en déficits.
- Material fílmico: Los docentes mostrarán mediante videos la aplicación de las siguientes técnicas:
  - Prevención de la respuesta en la conducta de reaseguro.
  - Exposición en vivo para la conducta de postergación.

## **Clase 8. El tratamiento del trastorno de ansiedad generalizada.**

- Técnicas conductuales.
- Utilización de una viñeta clínica.
- Tratamiento del componente fisiológico:
  - Relajación muscular profunda.
  - Respiración abdominal.
  - Desensibilización por autocontrol.
- Material fílmico: mostrando Los docentes mostrarán mediante videos la aplicación de las siguientes técnicas:
  - Desensibilización Sistemática (D.S.) por autocontrol.
  - Relajación localizada.

**Examen.** Consiste en cuestionario con preguntas de elección múltiple (multiple choice) que debe realizarse en línea. Se preguntará sobre los temas dictados por los docentes durante las clases.

### **Bibliografía general sugerida:**

- ❖ Bados, A. y Bach, L.: (1997) "Intervención psicológica con una paciente con trastorno de ansiedad generalizada". Análisis y modificación de conducta, vol. 23, Nº 87, 85-105.
- ❖ Borkovec, T. D.; Alcaine, O. M. and Behar, E. "Avoidance theory of worry and generalized anxiety disorder", en Hemborg, R. G., Turk, C. L., Mennin, D. S. (2004). "Generalized Anxiety Disorder: Advances in research and practice". The Guilford Press, New York.

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

Curso de formación a distancia.

- 
- ❖ Capafóns, A. y Alarcón, A. “Guía de tratamientos psicológicos eficaces para en trastorno de ansiedad generalizada” en Pérez Álvarez, M. y col. (2003). “Guía de tratamientos psicológicos eficaces”, Tomo I: Adultos, Ediciones Pirámide, Madrid..
  - ❖ Dugas, M. J.; Buhr, K. and Ladouceur, R.. “The role of intolerance of uncertainty in etiology and maintenance”, en Hemberg, R. G., Turk, C. L., Mennin, D. S. (2004), ob. cit.
  - ❖ Dugas, M. J. y Ladouceur, R. “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. Págs. 211-235.
  - ❖ Echeburúa, E.; Corral, P. y Amor, P. “Tratamientos psicológicos”, en Bobes J. y col. (2002). “Trastorno de Ansiedad Generalizada” Ars. Médica, Barcelona.
  - ❖ Ficha entregada por los docentes para la realización del taller.
  - ❖ Hudson, J. L. and Rapee, R. M. “From anxious temperament to disorder: an etiological model”, en Hemberg, R. G., Turk, C. L., Mennin, D. S. (2004), ob. cit.
  - ❖ Leahy, R. “Cognitive-behavioral therapy”, en Hemberg, R. G., Turk, C. L., Mennin, D. S. (2004), ob. cit.
  - ❖ Lydiard, R. B. and Monnier, J. “Pharmacological treatment”, en Hemberg, R. G., Turk, C. L., Mennin, D. S. (2004), ob. cit.
  - ❖ MacLeod, C. and Ruthford, E. “Information-processing approaches: assessing the selective functioning of attention, interpretation, and retrieval”, en Hemberg, R. G., Turk, C. L., Mennin, D. S. (2004), ob. cit.
  - ❖ Mennin, D.S.; Heimberg, R.G. and Turk, C. “Clinical presentation and diagnostic features”, en Hemberg, R. G., Turk, C. L., Mennin, D. S. (2004), ob. cit.
  - ❖ Mesa Cid, P. (1999) “Fundamentos de psicopatología general”. Pirámide. Madrid. Cap. 7, acápite 7.2: *La ansiedad patológica*, Págs. 190-193.
  - ❖ Portilla, M.; Bacarán, M. y Martínez, S. “Evaluación psicométrica”, en Bobes J. y col. (2002), ob. cit.

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

Curso de formación a distancia.

- 
- ❖ Righ, J. L. and Sanderson, W. C. (2004) "Treating Generalized Anxiety Disorder: Evidence-based, strategies, tools and techniques". The Guilford Press, New York.. Cap.2: *A general description of treatment*, Cap. 4: *Socialization of treatment*, Cap.5: *Treating the cognitive component* Cap. 6: *Treating the physiological component* y Cap. 7: *Treating the behavioral component*.
  - ❖ Sáiz Martínez, P. y col. "Etiopatogenia", en Bobes J. y col. (2002), ob. cit.
  - ❖ Sáiz Martínez, P. y col. "Aspectos clínicos", en Bobes J. y col. (2002), ob. cit.
  - ❖ Vázquez, C. y Muñoz, M. (¿?) "Entrevista diagnóstica en salud mental: adultos". Editorial Síntesis. Madrid. *Págs 127-130*.
  - ❖ Wells, A. "A cognitive model of G.A.D.: metacognitions and pathological worry", en Hemberg, R. G., Turk, C. L., Mennin, D. S. (2004), ob. cit.