

Docentes: 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 cuatro ejes:

1. Clases 1 a 3: módulo conceptual-teórico dedicado a las precisiones del diagnóstico y de sus procesos psicopatológicos específicos.
2. Clase 4: Evaluación del TAG.
3. Clases 5 a 8: tratamiento propiamente dicho, con especial énfasis en las técnicas terapéuticas con efectividad comprobada empíricamente.
4. Clases 9 y 10: las conductas de evitación, su impacto en la cronificación del cuadro y la aparición de las enfermedades médicas. Se trata de una temática no contemplada habitualmente en las conceptualizaciones tradicionales del TAG. También se ofrecen estrategias de abordaje.

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. Trastorno de ansiedad generalizada: aspectos diagnósticos y teóricos.

- Criterios diagnósticos del DSM:
 - 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.

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

Curso de formación a distancia.

-
- Aprendizaje del estilo evitativo y de asumir riesgos.
 - Farmacología general.

Clase 2. Modelos explicativos de la preocupación patológica.

- Definición de la preocupación.
- La preocupación como un sistema de detección y evitación de peligros.
- La preocupación como un sistema patológico de detección y evitación de peligros.
- La preocupación como conducta cognitiva de evitación.
 - Evitación de imágenes catastróficas.
 - Evitación de la ansiedad somática.
 - Evitación de eventos negativos futuros.
- El Modelo de Evitación de Contraste Emocionales.
 - La ansiedad generalizada y la reactividad a los contrastes emocionales negativos.
 - La preocupación como un sistema de evitación de contrastes emocionales negativos.
 - La preocupación como sistema que favorece la aparición de contrastes emocionales positivos.
 - Las preocupaciones como un sistema emocional defensivo contra los contrastes negativos.
 - Contrastes y mantenimiento de las preocupaciones patológicas en el largo plazo.

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 Conductual del trastorno de ansiedad generalizada.

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

Curso de formación a distancia.

- 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.

Material fílmico: los docentes muestran un extracto de evaluación con un paciente con TAG para la construcción del análisis funcional.

Clase 5. El tratamiento del trastorno de ansiedad generalizada: componente cognitivo.

- 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.

Clase 6. El tratamiento del trastorno de ansiedad generalizada: componente motor.

- 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.

Docentes: Lic. Carmela Rivadeneira y Lic. Ariel Minici.
Curso de formación a distancia.

- Exposición en vivo para la conducta de postergación.

Clase 7. El tratamiento del trastorno de ansiedad generalizada: componente fisiológico.

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

Clase 8: Las conductas de evitación en el TAG – Cronificación del cuadro.

- Revisión y discusión acerca de los criterios diagnósticos del TAG: Ausencia de indicadores comportamentales.
- Conductas de evitación y plano conductual: el rol en el mantenimiento y cronificación.
- Revisión de las investigaciones sobre las conductas de evitación en el TAG.
- Desarrollo del Inventario de Conductas de Preocupación.
- Conductas de evitación disfuncionales
 - Valor predictivo de la efectividad de los tratamientos a largo plazo.
 - Su abordaje terapéutico.
 - Mejora en la efectividad de los tratamientos a partir de su tratamiento.

Material fílmico: los docentes efectuarán representaciones de la detección y directrices de tratamiento de las conductas de evitación patológicas, con dos ejemplos de caso.

Clase 9: Trastornos médicos como consecuencia de las conductas de reaseguro.

- Detección, Evaluación y Tratamiento de los trastornos médicos asociados al TAG.
- Trastornos gastrointestinales: descripción y abordaje.

Material fílmico: los docentes conducirán representaciones de evaluación y pautas psicológicas del tratamiento de trastornos gastrointestinales asociados al TAG.

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

Curso de formación a distancia.

Clase 10: trastornos médicos como consecuencia de las conductas de reaseguro.

- Conceptualización y abordaje de los siguientes trastornos médicos asociados al TAG:
 - Trastornos urinarios.
 - Trastornos musculares.
 - Trastornos vestibulares.

Material fílmico: los docentes conducirán representaciones de evaluación y pautas psicológicas del tratamiento de problemas asociados al TAG.

- Micción por exceso y defecto.
- Exposición para el manejo de la sensación de mareo.
- Entrenamiento en Focalización Atencional para acúfenos.
- Focalización ocular y Trastornos Vestibulares.
- Manejo de las contracciones musculares debido a la tensión del TAG.

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:

- Andrews, G., Hobbs, M. J., Borkovec, T. D., Beesdo, K., Craske, M. G., Heimberg, R. G., Rapee, R. M., Ruscio, A. M., & Stanley, M. A. (n.d.). GENERALIZED WORRY DISORDER: A REVIEW OF DSM-IV GENERALIZED ANXIETY DISORDER AND OPTIONS FOR DSM-V. *Depression and Anxiety*. <https://doi.org/10.1002/da.20658>
- Andrews, G. (2016). *Treatment of Generalized Anxiety Disorder: Therapist Guides and Patient Manual*. Reino Unido: OUP Oxford.
- 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.
- Beesdo-Baum, K., Jenjahn, E., Öfler, M. H., Lueken, U., Becker, E. S., & Hoyer, J. (n.d.). AVOIDANCE, SAFETY BEHAVIOR, AND REASSURANCE SEEKING IN GENERALIZED ANXIETY DISORDER. <https://doi.org/10.1002/da.21955>
- Borkovec, T. D.; Alcaine, O. M. and Behar, E. "Avoidance theory of worry and generalized anxiety disorder", en Heimberg, R. G., Turk, C. L., Mennin, D. S. (2004). "Generalized Anxiety Disorder: Advances in research and practice". The Guilford Press, New York.

Docentes: 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..
 - Coles, M. E., Turk, C. L., & Heimberg, R. G. (2007). Memory bias for threat in generalized anxiety disorder: The potential importance of stimulus relevance. *Cognitive Behaviour Therapy*. <https://doi.org/10.1080/16506070601070459>
 - 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.
 - Dugas, M. J., Gagnon, F., Ladouceur, R., & Freeston, M. H. (n.d.). Generalized anxiety disorder: A preliminary test a conceptual model.
 - 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., Gosselin, P. & Ladouceur, R. Intolerance of Uncertainty and Worry: Investigating Specificity in a Nonclinical Sample. *Cognitive Therapy and Research* **25**, 551–558 (2001). <https://doi.org/10.1023/A:1005553414688>
 - Echeburúa, E.; Corral, P. y Amor, P. “Tratamientos psicológicos”, en Bobes J. y col. (2002). “Trastorno de Ansiedad Generalizada” Ars. Médica, Barcelona.
 - Eysenck, M. W., Mogg, K., May, J., Richards, A., & Mathews, A. (n.d.). Bias in interpretation of ambiguous sentences related to threat in anxiety.
 - Ficha entregada por los docentes para la realización del taller.
 - Fox, E., Russo, R., & Dutton, K. (n.d.). Attentional bias for threat: Evidence for delayed disengagement from emotional faces. <https://doi.org/10.1080/02699930143000527>
 - Gerlach, A. L., & Gloster, A. T. (Eds.). (2020). Worry, generalized anxiety disorder (GAD), and their importance. In A. L. Gerlach & A. T. Gloster (Eds.), *Generalized anxiety disorder and worrying: A comprehensive handbook for clinicians and researchers* (pp. 1–8). Wiley Blackwell. <https://doi.org/10.1002/9781119189909.ch1>
 - Goodwin, H., Yiend, J., & Hirsch, C. (n.d.). Generalized Anxiety Disorder, worry and attention to threat: A systematic review. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2017.03.006>
 - Hayes, S., & Hirsch, C. R. (2007). Information processing biases in generalized anxiety disorder. *PSYCHIATRY*, 6(5), 176-182. <https://doi.org/10.1016/j.mppsy.2007.02.003>

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

Curso de formación a distancia.

-
- Herrera, S., Montorio, I., Cabrera, I., & Botella, J. (n.d.). Memory bias for threatening information related to anxiety: An updated meta-analytic review. <https://doi.org/10.1080/20445911.2017.1319374>
 - Hirsch, C. R., Beale, S., Grey, N., & Liness, S. (2019). Approaching cognitive behavior therapy for generalized anxiety disorder from a cognitive process perspective. *Frontiers in Psychiatry*. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2019.00796>
 - 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.
 - Leung, C. J., Yiend, J., Trotta, A., & Lee, M. C. (2022). The combined cognitive bias hypothesis in anxiety: A systematic review and meta-analysis ☆. *Journal of Anxiety Disorders*. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2022.102575>
 - Llera SJ, Newman MG. Contrast avoidance predicts and mediates the effect of trait worry on problem-solving impairment. *J Anxiety Disord*. 2023 Mar;94:102674. doi: 10.1016/j.janxdis.2023.102674. Epub 2023 Jan 14. PMID: 36681059; PMCID: PMC9987319.
 - Llera, S. J., & Newman, M. G. (n.d.). Effects of worry on physiological and subjective reactivity to emotional stimuli in generalized anxiety disorder and nonanxious control participants. <https://doi.org/10.1037/a0019351>
 - 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.
 - Mahoney AEJ, Hobbs MJ, Newby JM, Williams AD, Andrews G. Psychometric Properties of the Worry Behaviors Inventory: Replication and Extension in a Large Clinical and Community Sample. *Behav Cogn Psychother*. 2018 Jan;46(1):84-100. doi: 10.1017/S1352465817000455. Epub 2017 Jul 31. PMID: 28756794.
 - Mahoney AEJ, Hobbs MJ, Newby JM, Williams AD, Sunderland M, Andrews G. The Worry Behaviors Inventory: Assessing the behavioral avoidance associated with generalized anxiety disorder. *J Affect Disord*. 2016 Oct;203:256-264. doi: 10.1016/j.jad.2016.06.020. Epub 2016 Jun 6. PMID: 27314812.

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

Curso de formación a distancia.

-
- Mahoney, A. E. J., Hobbs, M. J., Williams, A. D., Andrews, G., & Newby, J. M. (n.d.). The mediating relationship between maladaptive behaviours, cognitive factors, and generalised anxiety disorder symptoms. [DOI:10.1017/bec.2018.13](https://doi.org/10.1017/bec.2018.13).
 - Mahoney, A. E. J., Newby, J. M., Hobbs, M. J., Williams, A. D., & Andrews, G. (2017). Reducing behavioral avoidance with internet-delivered cognitive behavior therapy for generalized anxiety disorder. *Internet Interventions*. <https://doi.org/10.1016/j.invent.2017.11.004>
 - Mahoney, A. E. J., Newby, J. M., Hobbs, M. J., Williams, A. D., & Andrews, G. (n.d.). Reducing behavioral avoidance with internet-delivered cognitive behavior therapy for generalized anxiety disorder. <https://doi.org/10.26190/unsworks/20708>
 - Mennin, D.S.; Heimberg, R.G. and Turk, C. "Clinical presentation and diagnostic features", en Heimberg, 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.
 - Newman, M. G., & Llera, S. J. (2011). A novel theory of experiential avoidance in generalized anxiety disorder: A review and synthesis of research supporting a contrast avoidance model of worry ☆ , ☆☆. *Clinical Psychology Review*. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2011.01.008>
 - Newman, M. G., Basterfield, C., Erickson, T. M., Caulley, E., Przeworski, A., Llera, S. J., & Moore Building. (n.d.). Psychotherapeutic treatments for generalized anxiety disorder: Cognitive and behavioral therapies, enhancement strategies, and emerging efforts.
 - Newman, M. G., Llera, S. J., Erickson, T. M., & Przeworski, A. (n.d.). Basic science and clinical application of the contrast avoidance model in generalized anxiety disorder. <https://doi.org/10.1037/a0037510>
 - Portilla, M.; Bacarán, M. y Martínez, S. "Evaluación psicométrica", en Bobes J. y col. (2002), ob. cit.
 - Przeworski A, Newman MG. The Contrast Avoidance Model: Conclusion and synthesis of new research in the special issue. *J Anxiety Disord*. 2024 Mar;102:102830. doi: 10.1016/j.janxdis.2024.102830. Epub 2024 Jan 10. PMID: 38232491; PMCID: PMC10923164.
 - 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 phisiological component* y Cap. 7: *Treating the behavioral component*.



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

Curso de formación a distancia.

- Robichaud, M., Koerner, N., Dugas, M. J. (2019). Cognitive Behavioral Treatment for Generalized Anxiety Disorder: From Science to Practice. Reino Unido: Taylor & Francis.
- Sáiz Martínez, P. y col. "Aspectos clínicos", en Bobes J. y col. (2002), ob. cit.
- Sáiz Martínez, P. y col. "Etiopatogenia", en Bobes J. y col. (2002), ob. cit.
- Van Uijen, S. L., Leer, A., & Engelhard, I. M. (n.d.). Safety Behavior After Extinction Triggers a Return of Threat Expectancy. <https://doi.org/10.1016/j.beth.2017.08.005>
- 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 Hemborg, R. G., Turk, C. L., Mennin, D. S. (2004), ob. cit.
- Woody, S., & Rachman, S. (1994). Generalised anxiety disorder (GAD) as an unsuccessful search for safety. *Clinical Psychology Review*, 14, 743-753. [https://doi.org/10.1016/0272-7358\(94\)90040-X](https://doi.org/10.1016/0272-7358(94)90040-X)
- Yiend J, Mathews A. Anxiety and attention to threatening pictures. *Q J Exp Psychol A*. 2001 Aug;54(3):665-81. doi: 10.1080/713755991. PMID: 11548029.
- Yiend, J., Fox, E., Mathews, A., Burns, T., Dutton, K., Fernández-Martín, A., Georgiou, G. A., Luckie, M., Rose, A., & Russo, R. (n.d.). Mechanisms of selective attention in generalized anxiety disorder. *[Journal Name]*. <https://doi.org/10.1177/2167702614545216>