

## PROPUESTA DE CURSO DE POSGRADO

**TÍTULO:** Trastornos de ansiedad: herramientas de abordaje psicoterapéutico.

**DOCENTE RESPONSABLE:**

**Nombre:** Cinthia Vanessa Ortiz

**DNI:** 30.468.233

**CUIL** 27-30468233-2

**Título/s:** Licenciada en Psicología. Máster en intervención multidisciplinar para los trastornos de la conducta alimentaria, los trastornos de la personalidad y los trastornos emocionales. Universidad de Valencia, 2017-2018. (Código Titulación 5052, Código ADEIT 17521070)

**MN:** 52.946

/

**MP:** 46.792

**Pertenencia institucional:** Fundación Aiglé (coordinadora del equipo de ansiedad, miembro del cuerpo docente, miembro del área de supervisión clínica y miembro de la red de terapeutas).

**e-mail:** [cinthiavortiz@gmail.com](mailto:cinthiavortiz@gmail.com)

### FUNDAMENTACIÓN.

Los trastornos de ansiedad, junto con la depresión, constituyen las afecciones mentales con mayores tasas de prevalencia e incidencia en nuestro país y el mundo. La Organización Mundial de la Salud las agrupa tras la denominación de trastornos mentales comunes y pone el acento en el alto costo personal y social con que impactan en la población mundial. Cabe mencionar que, como resultado del impacto que la pandemia COVID-19 ha tenido en la vida cotidiana, la frecuencia de aparición de dichos trastornos se ha incrementado de manera exponencial y se estima que dicha tendencia continúe durante los próximos años.

En este contexto, resulta prioritario que quienes brindan asistencia en salud mental cuenten con las herramientas adecuadas para dar respuesta mediante abordajes específicos y basados en la evidencia. A nivel internacional existe un amplio consenso, producto de su claro soporte empírico, respecto de ubicar a la psicoterapia cognitivo-comportamental como la primera línea de intervención para los trastornos de ansiedad, sin embargo, se estima que sólo un tercio de quienes padecen trastornos de ansiedad en el mundo reciben tratamiento y, un porcentaje aún menor, recibe el tratamiento adecuado para su problemática.

Por tal motivo, destaca la importancia de promover espacios de actualización, formación y entrenamiento del personal de salud, en todos sus niveles, respecto a herramientas científicamente fundadas de detección y atención de los trastornos mentales comunes. En esta misma línea, se vuelve prioritario brindar a lxs psicólogxs clínicxs espacios de actualización, formación y entrenamiento en abordajes específicos, y con respaldo empírico, para los distintos trastornos que conforman dicho grupo, siendo entre ellos, los trastornos de ansiedad, los de mayor prevalencia en la República Argentina.

## **OBJETIVOS**

- Brindar herramientas clínicas de detección, diagnóstico y diagnóstico diferencial de los trastornos de ansiedad.
- Transmitir herramientas de conceptualización teórico-clínica de la ansiedad y sus disfunciones desde un modelo cognitivo integrativo.
- Proponer estrategias de planificación y puesta en marcha de abordajes psicoterapéuticos focalizados, con base en el modelo cognitivo-comportamental, para los trastornos de ansiedad/trastornos por miedo (incluyendo consideraciones para el abordaje remoto y de telesalud mental).
- Promover el desarrollo de habilidades de implementación de las técnicas cognitivo-comportamentales con mayor soporte empírico para el tratamiento de los trastornos de ansiedad/trastornos por miedo.

## **CONTENIDOS MÍNIMOS**

Conceptualización teórico-clínica del miedo, la ansiedad y sus disfunciones. Aspectos diagnósticos (categoriales y dimensionales). Técnicas de evaluación, utilidad clínica (evaluación inicial, de proceso y resultados). Caracterización del abordaje cognitivo-comportamental y sus principales técnicas de intervención para los trastornos de ansiedad/trastornos por miedo (psicoeducación, reevaluación cognitiva, exposición, prevención de recaídas), perspectivas actuales de las técnicas clásicas, estrategias para su implementación.

## **PROGRAMA ANALÍTICO.**

### **Ejes temáticos:**

#### **1. Conceptualización y caracterización de la ansiedad y sus trastornos.**

- Miedo y ansiedad, manifestaciones funcionales y disfuncionales como un continuo.
- Clasificación y diagnóstico de los trastornos de ansiedad/trastornos por miedo, según DSM 5 y CIE 11. ¿Dónde está el foco de temor?
- La ansiedad como síntoma y la ansiedad como trastorno o núcleo de la disfunción. Diagnóstico diferencial.
- Aproximación a la comprensión de los trastornos de ansiedad desde perspectivas dimensionales y transdiagnósticas.

- Ciclo disfuncional: vulnerabilidad bio-psico-social, eventos desencadenantes y agentes de mantenimiento. Aportes de distintos enfoques en psicoterapia a la comprensión de la disfunción ansiosa. Pandemia y ansiedad.

## ***2. La evaluación psicológica en el contexto de la clínica de los trastornos de ansiedad.***

### ***¿Qué evaluar y para qué? Evaluación inicial, de proceso y de resultado.***

- Técnicas de evaluación para la Fobia específica (Cuestionario de miedos, Test de Evitación Conductual BAI, SPOVI, EMET-Q 13)
- Técnicas de evaluación para el Trastorno de Pánico y la Agorafobia (CATP y Cuestionario de evitación agorafóbica).
- Técnicas de evaluación para el Trastorno de Ansiedad Social (Escala de Ansiedad Social).

## ***3. Abordaje cognitivo-comportamental para los trastornos de ansiedad/trastornos por miedo.***

- Intervenciones con mayor soporte empírico para cada uno de los trastornos de ansiedad.
- Perspectivas actuales de técnicas clásicas: Caracterización y estrategias de implementación de la reestructuración/reevaluación cognitiva; caracterización y estrategias de implementación de la exposición en sus diferentes vertientes (en imaginaria y en vivo, interoceptiva, exteroceptiva, socioceptiva) y desde los modelos de habituación y de aprendizaje inhibitorio.

## ***4. Diseños de intervención: planificación y puesta en marcha de los abordajes focalizados para los trastornos de ansiedad/trastornos por miedo (fobia específica, trastorno de pánico, agorafobia y trastorno de ansiedad social)***

- Abordajes breves y focalizado de los trastornos de ansiedad como intervención única o como módulos dentro de diseños de intervención complejos y/o por etapas (aportes del modelo cognitivo integrativo).
- Acuerdo de objetivos y medios: construcción de la alianza terapéutica.
- Componentes esenciales del abordaje focalizado de los trastornos por miedo: psicoeducación, técnicas específicas (monitoreo y registro de síntomas, reestructuración cognitiva, exposición) y prevención de recaídas. Planificación y puesta en marcha del tratamiento.
- Consideraciones para el abordaje remoto y de telesalud mental de los trastornos de ansiedad.

### **Cronograma de clases.**

- Clase 1 (4 hs) 21/10/2022 : Eje temático 1 y 2
- Clase 2 (4hs) 28/10/2022: Eje temático 3
- Clase 3 (4hs) 4/11/2022: Eje temático 4

## **Bibliografía básica.**

American Psychiatric Association (APA) (2014). *DSM-5. Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales (5ta ed)*. Washington, DC: Versión en español: Editorial Médica Panamericana.

Bandelow, B., Lichte, T., Beutel, M. y cols. (2014). El abordaje de los trastornos de ansiedad debe ser específico. *Deutsches Ärzteblatt International*, 111(27-28), 473-480. Recuperado de: <https://www.intramed.net/variados/imprimir.asp?contenidoID=93424&print=1>

Clark, D. A., & Beck, A. T. (2012). *Terapia Cognitiva para Trastornos de Ansiedad. Ciencia y Práctica*. Traducción al español Jasone Aldekoa. Bilbao: Desclée de Brouwer.

Etchevers, M. J., Garay, C. J., Putrino, N., Grasso, J., Helmich, N. & Rojas, L. (2021). Relevamiento del estado psicológico de la población argentina. Observatorio de Psicología Social Aplicada, Facultad de Psicología, Universidad de Buenos Aires. Recuperado de: <http://www.psi.uba.ar/opsa/#informes>

Fernández Álvarez, H. (2019). Abordaje cognitivo integrativo del trastorno de ansiedad generalizada. En: Etchebarne, I., Gómez Penedo, J. M. y Roussos, A. (Eds.), *Nuevos desarrollos en el tratamiento del trastorno de ansiedad generalizada. Abordajes psicoterapéuticos, farmacológicos y debates actuales (pp. 307-333)*. Buenos Aires: Miño y Dávila Editores.

Fernández-Arias, I., Bernaldo-de-Quirós, M., Labrador, F. J., Estupiñá, F. J. y Labrador-Méndez, M. (2019). Factores que interfieren en el curso del tratamiento de los problemas de ansiedad: la prolongación y la terminación prematura del tratamiento. *Papeles del Psicólogo*, 40(1), 15-20.

Organización Panamericana de la Salud (2020). *Provisión remota de intervenciones de salud mental y apoyo psicosocial (SMAPS)*. Washington, D.C.: OPS.

Organización Panamericana de la Salud (OPS). (2017). *Depresión y otros trastornos mentales comunes. Estimaciones sanitarias mundiales*. Washington D.C.: OPS. Licencia: CC BYNC-SA 3.0 IGO.

Ortiz, C. y García, F. (2018) La ansiedad desde una perspectiva integrativa. *Actualidad Psicológica*, mes de abril.

Ortiz, C. y Vitale, D. (2020) Elección de Tratamiento y Trastorno de Pánico. Lineamientos que guían el juicio clínico. *Actualidad Psicológica*, mes de diciembre, 12-15.

Ortiz, C.; García, F; Farfallini, L. y Fernández Álvarez, H. (2019). *Conceptualización y tratamiento de los trastornos de Ansiedad: Guías Clínicas*. Librería Akadia Editorial. Buenos Aires, 2019. ISBN: 978-987-570-408-4.

Torrents-Rodas, D.; Vervliet, B.; Treanor, M.; Conway, C., Zbozinek, T. y Craske, M.G. (2015). Maximizar la terapia de exposición: Un enfoque basado en el aprendizaje inhibitorio. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 20(1), 1-24.

Wenzel, A. (2017) *Innovations in Cognitive Behavioral Therapy, Strategic Interventions for Creative Practice*. New York: Routledge, Taylor & Francis Group.

World Health Organization (WHO) (2019). International Statistical Classification of Diseases and Related Health Problems 11th ed. (ICD-11). Recuperado de: <https://icd.who.int/browse11/l-m/es#/http%3a%2f%2fid.who.int%2fid%2fentity%2f334423054>

### **Bibliografía ampliatoria.**

Abramowitz, J. S. & Blakey, S.M. (Eds.) (2019) *Clinical Handbook of Fear and Anxiety Maintenance Processes and Treatment Mechanisms*. American Psychological Association.

Antony, M.M. & Swinson, R.P. (2000) *Phobic Disorders and Panic in adults: A guide assessment and treatment*. American Psychological Association.

Bandelow, B., Werner, A. M., Kopp, I., Rudolf, S., Wiltink, J., & Beutel, M. E. (2021). The German Guidelines for the treatment of anxiety disorders: first revision. *European archives of psychiatry and clinical neuroscience*, 1–12. Advance online publication. <https://doi.org/10.1007/s00406-021-01324-1>

Barlow, D. H. (2002) *Anxiety and its disorders. The nature and treatment of anxiety and panic (2a. Ed.)*. Guilford Press.

Barlow, D. H. Ed. (2018) *Unified Protocol for Transdiagnostic Treatment of Emotional Disorders Second Edition Therapist Guide*. Oxford University Press.

Biglieri, R. R. & Vetere, G. (2011) *Manual de Terapia Cognitiva Conductual de los trastornos de ansiedad*. Polemos.

Chappa, H. J. (2006) *Tratamiento integrativo del trastorno de pánico, manual práctico*. Paidós.

Cía, H. A., Stagnaro, J. C., Gaxiola, S. A., Vommaro, H., Loera, G., et al. (2018). Lifetime prevalence and age-of-onset of mental disorders in adults from the Argentinean Study of Mental Health Epidemiology. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 53, 341–350.

COVID-19 Mental Disorders Collaborators. (2021). Global prevalence and burden of depressive and anxiety disorders in 204 countries and territories in 2020 due to the COVID-19 pandemic. *The Lancet*, 398, 1700-1712. Open Access: DOI: [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(21\)02143-7](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(21)02143-7)

Craske M. & Barlow, D. (2014). Panic disorder and agoraphobia. In D. H. Barlow (Ed), *Clinical Handbook of Psychological Disorders: A Step-by-Step Treatment Manual, Fifth Edition* (pp. 1-61). The Guilford Press.

Davis III, T. E., Ollendick, T. H., & Öst, L.G. (2012). *Intensive One-Session Treatment of Specific Phobias*. New York: Springer.

Etchebarne, I., Gómez Penedo, J. M. y Roussos, A. (Eds.) (2019). Nuevos desarrollos en el tratamiento del trastorno de ansiedad generalizada. Abordajes psicoterapéuticos, farmacológicos y debates actuales. Buenos Aires: Miño y Dávila Editores.

Farrell, N. R., Deacon, B. J., Kemp, J. J., Dixon, L. J., & Sy, J. T. (2013). Do negative beliefs about exposure therapy cause its suboptimal delivery? An experimental investigation. *Journal of Anxiety Disorders*.

Fernández Álvarez, H. (2020). La psicoterapia en su laberinto. *Revista de psicoterapia*, 31(116), 5-18.

Fernández Álvarez, H.; Bogiaizian D. (2008). Capítulos: 2, 4 ,5 ,8 ,9 y10. En *El miedo a los otros. Avances en el tratamiento de la fobia social*. Lumen.

Fernández-Álvarez, H. y Fernández-Álvarez, J. (2017). Terapia cognitivo conductual integrativa. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 22, 157-169.

Hofmann & DiBartolo (Edits.) (2014) *Social Anxiety, Clinical, developmental and social perspectives*, 3<sup>rd</sup> edition. Elsevier–Academic Press.

Horwitz, A. V., & Wakefield, J. C. (2012). *All we have to fear: Psychiatry's transformation of natural anxieties into mental disorders*. Oxford University Press.

Katzman, M.A., Bleau, P., Blier, P., Chokka, P., Kjernisted, K. et al. (2014) Canadian clinical practice guidelines for the management of anxiety, posttraumatic stress and obsessive-compulsive disorders. *BMC Psychiatry*, 14(1),1-83. doi:10.1186/1471-244X-14-S1-S1.

McCord, C., Bernhard, P., Walsh, M., Rosner, C. Console, K. (2020) A consolidated model for telepsychology practice. *J. of Clinical Psychology*, 76 (6)

Nathan, P. E., & Gorman, J. M. (2015). *A Guide to Treatments that Work*. Oxford University Press.

National Institute for Health and Care Excellence NICE (2011). *Generalised anxiety disorder and panic disorder (with or without agoraphobia) in adults: Management in primary, secondary and community care*. Recuperado de: <https://www.nice.org.uk/guidance/CG113>

Riddle-Walker, Veale, et. Al. (2016) Cognitive behaviour therapy for specific phobia of vomiting (Emetophobia): A pilot randomized controlled trial *Journal of Anxiety Disorders*, Volume 43, Issue null, Pages 14-22.

Stagnaro, J. C., Cía, A. H., Aguilar Gaxiola, S., Vázquez, N., Sustas, S., Benjet, C., & Kessler, R. C. (2018). Twelve-month prevalence rates of mental disorders and service use in the Argentinean Study of Mental Health Epidemiology. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*; 53(2),121-129.

**MODALIDAD:** Las clases integrarán una dinámica expositiva, de aspectos teóricos y ejemplos clínicos, con ejercicios prácticos individuales y grupales, de implementación de determinadas técnicas o de análisis de casos y planificación de intervenciones a partir de viñetas clínicas. El curso se dictará en formato on-line mediante la plataforma zoom y se utilizará el Campus de la Facultad de Psicología como espacio para nuclear la información pertinente (link de acceso a la clase, material bibliográfico, link de acceso al examen, detalles operativos y de cronograma para los alumnos, etc.).

**CARGA HORARIA:** 12 horas teórico prácticas, distribuidas en 3 encuentros de frecuencia semanal de 4 horas de duración cada uno.

**DESTINATARIOS:** Graduadxs de la Facultad de Psicología de la UNMdP

**ARANCEL:** Gratuito para graduadxs de la Facultad de Psicología de la UNMdP

**SISTEMA DE EVALUACIÓN Y PUNTUACIÓN:** Una vez concluido el curso, lxs alumnx contarán con 15 días para responder un cuestionario on-line (mediante herramienta Google Forms) con 10 preguntas teórico-prácticas abiertas que la docente luego corregirá y puntuará. Para aprobar se requerirá una nota de 6 sobre 10, siendo 1 punto el valor de cada pregunta.

**FECHAS PROPUESTAS:** inicio 21 de octubre de 2022 y finalización 4 de noviembre de 2022. Viernes 21/10, 28/10 y 4/11 de 15 a 19hs.

**CUPO:** Mínimo 12 inscriptos y máximo 50