

# PRESENTACIÓN DEL CURSO:

## EVALUACIÓN Y TRATAMIENTO DEL TRASTORNO OBSESIVO COMPULSIVO

Es importante que el psicólogo conozca este trastorno, sepa identificarlo, evaluarlo y tratarlo adecuadamente. Por ello, la Asociación TOC Granada considera necesario ofertar este curso a los psicólogos, u otros profesionales que trabajen con personas con TOC, ofreciéndoles un material amplio teórico-práctico, en el que se describe el trastorno, se presentan los criterios diagnósticos, pautas para el diagnóstico diferencial, las estrategias de evaluación y el tratamiento.

Lamentablemente, el trastorno obsesivo compulsivo está más presente en nuestra sociedad de lo que se conoce, ya que hay estudios que certifican su infradiagnóstico. Esto se debe, entre otras causas, a la estigmatización social que aún existe, y sobre todo al poco conocimiento de la mayoría de los profesionales sanitarios.

Son muchos los casos que piden ayuda psicológica tras años acudiendo a múltiples profesionales y sin tener un diagnóstico firme o con diferentes etiquetas diagnósticas que no son acertadas y solo llevan al desconcierto y desesperación de los afectados con TOC.

No encontrarás una formación con profesionales con mayor experiencia en el trastorno obsesivo compulsivo como ésta.

Este curso será impartido por profesionales de la Asociación TOC Granada, entidad única a nivel internacional que lleva desde 2014 en funcionamiento atendiendo a personas que presentan trastorno obsesivo compulsivo, con casos de gravedad.

Lo que diferencia a este centro de otros, además de la implementación de un abordaje integral terapéutico basado en la evidencia científica y de rigurosa actualidad, es que cuenta con la posibilidad de que el paciente, durante el proceso de intervención psicológica, se aloje en nuestro *Centro de Alojamiento y Sanitario para el TOC "Mirador de Granada"* <https://centrodealojamientosanitariodelaasociaciontocgranada.com/>, teniendo atención las 24 horas del día, además de actividades terapéuticas durante el tiempo libre.

Este recurso, además de ser de gran ayuda para el proceso psicológico de la persona, ya que permite que el profesional que lleva el caso tenga información del paciente en sus diferentes facetas vitales; ayuda a las personas afectadas a fomentar habilidades sociales ya que conviven 19 personas afectadas de TOC; así como facilita la generalización de los aprendizajes realizados en las sesiones clínicas.

Además de, cómo profesionales, poder aprender a ayudar a los familiares de una persona con TOC, y descubrir si su entorno facilita el mantenimiento de la patología y cómo abordarlo.

Los **objetivos** que perseguimos son:

- Que se comprendan las características del TOC, así como la sintomatología de las personas que tienen un trastorno obsesivo compulsivo.
- Que el alumno aprenda a evaluar y a establecer un diagnóstico diferencial, conociendo los principales instrumentos de evaluación para este trastorno en función de lo que queramos evaluar.
- Que el alumno conozca las técnicas de tratamiento adecuadas para este trastorno y aprenda a aplicarlas correctamente.



# PRESENTACIÓN DEL CURSO:

## EVALUACIÓN Y TRATAMIENTO DEL TRASTORNO OBSESIVO COMPULSIVO

- Que el alumno disponga de una bibliografía de referencia con la que poder ampliar los conocimientos sobre este trastorno.

Técnicas de intervención psicológica que se llevan a cabo en la Asociación TOC Granada y se abordarán durante el curso:

- Psicoeducación individual y/o familiar: mostrar cómo funciona este tipo de trastorno y los recursos que puede adquirir para manejarlo. En esta fase iniciaría la asimilación y aceptación del trastorno. Evaluar distorsiones cognitivas y grado de afectación.
- Técnicas de Exposición.
- Técnicas de Prevención de Respuesta (*incluyen la técnica que hemos desarrollado en la Asociación TOC Granada para mejorar la Prevención de Respuesta: "Entrenamiento en el Reenfoco"*).
- Terapia cognitiva para creencias disfuncionales.
- Técnicas de relajación y atención plena.
- Trabajo en clarificación de aquellos valores y creencias importantes para el paciente que sean adaptativos y funcionales para desenvolverse adecuadamente en su entorno y con él/ella mismo/a, de forma que sean estos los que guíen su proyecto vital (terapia de aceptación y compromiso)
- Alianza terapéutica. Establecer un contexto de seguridad, apoyo y contención adecuados.
- Prevención de recaídas: estrategias de autocuidado, gestión emocional e identificar situaciones de mayor vulnerabilidad que pueden provocar la aparición de síntomas.
- Intervención con familiares: Mantenimiento/desarrollo de la funcionalidad ocupacional, laboral, académica...

En este curso se mostrarán casos reales (que cuentan con los consentimientos pertinentes) desde las primeras sesiones de evaluación hasta los seguimientos posteriores en los entornos naturales de la persona afectada.

### **Programa de Contenidos:**

#### **Módulo 1. Qué es el TOC. Cómo se manifiesta. Ejemplos prácticos (vídeos, testimonios).**

- Introducción
  - Definición del TOC
  - Características generales
  - Diferenciar obsesiones y compulsiones



# PRESENTACIÓN DEL CURSO:

## EVALUACIÓN Y TRATAMIENTO DEL TRASTORNO OBSESIVO COMPULSIVO

- Obsesiones  
Definición de características  
Tipos de obsesiones
- Compulsiones  
Definición y características  
Tipos de compulsiones
- Aspectos cognitivos del TOC
- Aspectos emocionales

### **Módulo 2. Génesis y mantenimiento**

- Origen del TOC. Biológico, psicológico y social
- Aspectos fisiológicos: neuroanatomía y neuroquímica
- ¿Qué alimenta el TOC?
- Círculo adictivo del TOC

### **Módulo 3. Protocolo de terapia intensiva en la ATG:**

- Valoración inicial previa
- Hospedaje
- Papel de la terapeuta ocupacional
- Terapia psicológica individualizada
- Coterapia.
- Talleres grupales
- Apoyo farmacológico
- Red de apoyo (reunión anual, videos en nuestro canal de YouTube, editorial TOC Granada)

### **Módulo 4. Evaluación. (preguntas claves en la entrevista, cuestionarios, escalas, etc.).**

- Evaluación psicológica. Características diagnósticas



# PRESENTACIÓN DEL CURSO:

## EVALUACIÓN Y TRATAMIENTO DEL TRASTORNO OBSESIVO COMPULSIVO

- Habilidades del terapeuta
- Test y cuestionarios
- Recursos del paciente. “Medicamentos psicológicos” para la gestión del TOC.
- Diagnóstico diferencial
  - ✓ Trastorno Obsesivo Compulsivo y Trastorno de Personalidad Obsesivo Compulsivo: TOC /TPOC
  - ✓ Otros Trastornos del Espectro Obsesivo Compulsivo
- Comorbilidad:
  - ✓ Las más frecuentes en el TOC y ejemplos
  - ✓ Cómo trabajar en cada caso
- Acomodación familiar /Facilitación de compulsiones
- Casos clínicos para diagnóstico diferencial

### **Módulo 5. TOC Infanto Juvenil**

- Criterios propios
- Límites confusos: Cuándo es patología y cuándo no lo es
- Tratamiento del TOC Infanto-Juvenil. Aspectos diferenciadores del tratamiento en adultos
- Recomendaciones prácticas para padres y profesores

### **Módulo 6. Mindfulness y Regulación Emocional en el TOC.**

- La función del Mindfulness y la compasión en el TOC y sus aplicaciones
- Sustituir la voz autocrítica por un afrontamiento compasivo
- Recuperar la conexión con el cuerpo

### **Módulo 7. Técnicas (exposición, prevención de la respuesta, terapia cognitivo conductual aplicada al TOC, ACT aplicada al TOC, etc.).**

- Terapia de Aceptación y Compromiso aplicada al TOC (ACT. Defusión cognitiva)



# PRESENTACIÓN DEL CURSO:

## EVALUACIÓN Y TRATAMIENTO DEL TRASTORNO OBSESIVO COMPULSIVO

- ✓ Los 6 pilares fundamentales para el TOC de la ACT
- Reestructuración cognitiva
  - ✓ Creencias erróneas generales en el TOC y cómo buscar las creencias erróneas particulares
  - ✓ Aplicación de las diferentes técnicas cognitivas (diálogo socrático, flecha descendente...)
- Exposición:
  - ✓ Normas, tipos de exposición (al pensamiento, imaginaria grabada, visual, virtual, interoceptiva, en vivo, progresiva, por inundación)
  - ✓ Jerarquía y casos prácticos
  - ✓ Preexposición, Exposición y Postexposición
- Técnica del Reenfoque / Prevención de respuesta
  - ✓ Los 4 PASOS de la Asociación TOC Granada como Prevención de Respuesta ante la llegada de Pensamientos Obsesivos, ganas de compulsionar (física y/o mental) o Evitar
- Mindfulness en la técnica de exposición y en la prevención de respuesta
- Otras Herramientas durante el tratamiento: Planning de actividades, talleres grupales, gafas de realidad virtual
- Coterapeutas
- Role playing de exposición

### **Módulo 8. Farmacología: aspectos básicos.**

- Tratamiento farmacológico de elección
- ¿En qué situaciones se recomienda?
- ¿Debe ser para siempre?
- Papel del psicólogo

### **Módulo 9. Prevención de recaídas y seguimiento.**

- Cómo se trabaja la prevención de recaídas
- Ejemplos prácticos



# PRESENTACIÓN DEL CURSO:

## EVALUACIÓN Y TRATAMIENTO DEL TRASTORNO OBSESIVO COMPULSIVO

- Casos diferentes y necesidad de establecer criterios como "alertas de posible recaída"
- Cómo determinar dar un alta "definitiva"

### **Módulo 10. Deserciones y Recuperaciones.**

- Nuestra experiencia
- Hablando con un recuperado

#### **La metodología:**

Grabada, con visualizaciones de sesiones, muchos ejemplos prácticos, ensayos de conducta y testimonios de personas que lo han superado.

Presentaciones online, y materiales tanto teórico como práctico de las profesionales de la Asociación TOC Granada.

Facilitarán, además, de los diferentes ppt de sus presentaciones, ejercicios específicos para el abordaje del TOC con actividades que podrán utilizar en su práctica clínica. Entre otros encontrarán ejercicios sobre regulación emocional, técnica de Reenfoque, EPR, tolerancia a la incertidumbre, etc.

Además, después del curso online habrá una sesión en directo (vía zoom) con cada psicóloga del curso para aclarar dudas de sus temas expuestos. Esto se llevará a cabo al finalizar cada docente su contenido formativo, para resolver dudas y/o debatir cuestiones tratadas en los módulos correspondientes a cada docente. Se programarán las fechas de realización de éstas videoconferencias en directo vía zoom una vez iniciada la formación, teniendo la sesión con cada docente una duración de 2 horas.

#### **Método de evaluación:**

Los alumnos deberán completar un cuestionario con diferentes preguntas sobre las ideas más importantes expuestas tras cada intervención de las diferentes profesionales que imparten la formación.

**¡Incluimos Diploma!:**



# PRESENTACIÓN DEL CURSO:

## EVALUACIÓN Y TRATAMIENTO DEL TRASTORNO OBSESIVO COMPULSIVO

Aquellos alumnos que superen las pruebas de evaluación recibirán un diploma en el que la Asociación TOC Granada certifica que el alumno ha superado de forma provechosa el curso, indicando las 42 horas de formación (32 horas de formación grabada más 10 horas de conexión en directo vía zoom) y el programa de contenidos del mismo.

