



ADAPTACIÓN DE LA TERAPIA DIALÉCTICO CONDUCTUAL A LAS CLÍNICAS UNIVERSITARIAS

E. Castelló; E. Zamalloa; I. Fernández; G. Hervás; C. Larroy; B. Lozano

INTRODUCCIÓN



- La terapia dialéctico conductual (TDC) es un tratamiento psicológico desarrollado para abordar el Trastorno Límite de Personalidad (TLP), especialmente síntomas de impulsividad e inestabilidad, actos suicidas y parasuicidas. Incorpora a los planteamientos conductuales y cognitivos conceptos como la atención plena, los valores, o la aceptación.
- Los estudios de eficacia reportan efectos beneficiosos en distintos aspectos de la sintomatología límite y otras patologías donde el proceso de regulación emocional es central.
- La prevalencia del TLP en población general, oscila entre el 0,5% y el 5,9%. En población clínica 9,3% en pacientes ambulatorios.

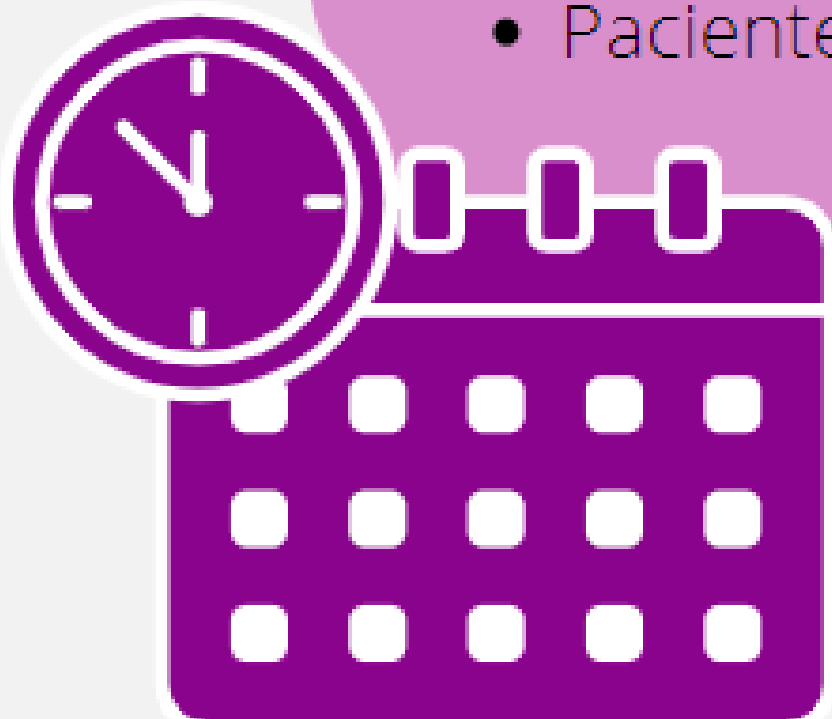
POBLACIÓN



- En el contexto de la Clínica Universitaria de Psicología de la Universidad Complutense de Madrid (CUP-UCM), se han observado dificultades de regulación emocional, impulsividad, etc. Dichas dificultades únicamente se trabajan en formato individual. Se consideró necesario realizar un programa adaptado de TDC para cubrir estas necesidades.
- Se seleccionaron usuarios de la clínica derivados por sus terapeutas que presentaran: dificultades de regulación emocional, conductas suicidas o para suicidas o que presentasen rasgos TLP.

PROGRAMA

- Adaptación del protocolo de Lineham.
- Consiste en 12 sesiones semanales
- Duración de 1h 30 min
- En formato grupal (6-8 participantes).
- Pacientes de la CUP con dichas dificultades



MODULO 1 2 sesiones	HABILIDADES DE CONCIENCIA
MODULO 2 6 sesiones	HABILIDADES DE REGULACIÓN EMOCIONAL
MODULO 3 1 sesión	HABILIDADES DE TOLERANCIA AL MALESTAR
MODULO 4 1 sesión	AUTOCUIDADOS Y CONSECUCCIÓN DE METAS
MODULO 5 2 sesiones	HABILIDADES INTERPERSONALES

ADAPTACIÓN



- El módulo 4 incorpora el trabajo en valores y se centra más en dirigir a una vida más satisfactoria.
- Se ha cambiado el orden de los módulos, de cara a darle coherencia en esta versión reducida de 12 sesiones.

REFERENCIAS

- Linehan, M. M. (2003). Manual de tratamiento de los trastornos de personalidad límite. Barcelona: Paidós.
- McKay, M., Wood, J. C., & Brantley, J. (2017). Manual práctico de terapia dialéctico conductual: ejercicios prácticos de TDC para aprendizaje de mindfulness, eficacia interpersonal, regulación emocional y tolerancia a la angustia. Desclée de Brouwer.
- Ibrahim, J., Cosgrave, N., & Woolgar, M. (2018). Childhood maltreatment and its link to borderline personality disorder.