



Curso Presencial

# ABORDAJE TERAPÉUTICO **DE LA DEPRESIÓN Y LA ANSIEDAD**





Los problemas relacionados a la ansiedad y la depresión son de los trastornos mentales más comunes y más incapacitantes en la sociedad actual. Debido a la crisis sanitaria que presentamos hoy en día, hubo un aumento considerable de los miedos y preocupaciones que se vuelven intensas y persistentes en nuestra vida diaria, lo que realza la importancia de investigar y concientizar sobre el impacto de la salud mental que nos producen las situaciones estresantes.

### Dirigido a:

Profesionistas de Psicología, Psiquiatría o Profesionistas de la Salud Mental y encuentren interesados en conocer sobre la ansiedad y la depresión y su afectación en la vida diaria.

### Objetivos Específicos:

- Conocer el desarrollo de la depresión y la ansiedad desde un modelo cognitivo-conductual, así como los conceptos básicos de la depresión desde este modelo terapéutico.
- Estructurar la terapia cognitivo-conductual para la depresión, así como la aplicación de las principales técnicas que muestran evidencia en la sintomatología depresiva y ansiosa.
- Aplicar las técnicas cognitivo conductuales para el manejo de la sintomatología ansiosa y depresiva.



## Perfil de egreso:

Podrán aplicar las diversas técnicas cognitivo conductuales para el manejo de sintomatología en casos de depresión y ansiedad.



**Inicio**

Sábado 12 y 19  
Noviembre 2022



Duración

**02**  
sesiones



**10**

Horas de valor  
curricular



Clases Presenciales

Sábado 14:00  
a 19:00 horas





## Contenido temático:

### 01 Introducción al modelo cognitivo conductual para la intervención de la depresión y ansiedad.

#### 1.1. Fundamentos teóricos de la TCC

1.1.1. Antecedentes teóricos y teorías básicas

#### 1.2. Diagnóstico diferencial para el tratamiento

1.2.1. Tipos de pensamientos

1.2.2. Individualización del tratamiento

1.2.3. Identificación del procedimiento del tratamiento

#### 1.3. Fundamentos orgánicos y cognitivos de la depresión y ansiedad

1.3.1. Neurobiología básica de la ansiedad

1.3.2. Neurobiología básica de la depresión

1.3.3. Fundamento emocional y temperamental del paciente

### 02 Técnicas de intervención cognitivo conductuales para el tratamiento de la depresión y ansiedad.

#### 2.1. Técnicas de intervención cognitivas

2.1.1. Modelo abc

2.1.2. Identificación del centro de inteligencia dominante

2.1.3. Autoregistros

2.1.4. Orden y jerarquización

#### 2.2. Técnicas de intervención emocionales

2.2.1. Técnicas de drenado emocional

2.2.2. Técnicas de expresión emocional

#### 2.3. Técnicas de intervención conductuales

2.3.1. Relajación y respiración

2.3.2. Técnicas de habilidades sociales



## Facilitadora:

### ► Mtra. Tania Anaid Sánchez Palacios

- Maestría en Desarrollo de la Motricidad Infantil.
- Licenciada en Psicología por la Universidad del Fútbol y Deporte.
- Especialista en Terapia Cognitivo Conductual.
- Terapeuta de Orientación Cognitivo Conductual.
- Terapeuta de lenguaje y psicomotricidad.





El curso concluye el día sábado 19 de noviembre de 2022.



Inicio del evento sujeto a cupo mínimo



Una vez efectuado tu depósito, CEFAPSIC NO REALIZA DEVOLUCIONES, solo se puede bonificar a otro curso en un periodo de **una semana**.

**Estudios profesionales con valor curricular avalados por CEFAPSIC**

## Contacto



56 1944 1406



[www.cefapsic.edu.mx](http://www.cefapsic.edu.mx)



(222) 621 1771



[educación.continua@cefapsic.edu.mx](mailto:educación.continua@cefapsic.edu.mx)

**¡OBTÉN MAYOR  
INFORMACIÓN  
SOBRE TU  
CURSO!**