



Universidad
Internacional
de Valencia

Guía didáctica

ASIGNATURA: Tratamiento de la Agorafobia y del Trastorno de Pánico con Técnicas de RV

Título: Máster universitario en terapias psicológicas de tercera generación

Materia: Aplicación clínica de las terapias de tercera generación

Créditos: 6 ECTS

Código: 05MTEG

Índice

1. Organización general.....	3
1.1. Datos de la asignatura.....	3
1.2. Equipo docente	3
1.3. Introducción a la asignatura.....	3
1.4. Competencias y resultados de aprendizaje	4
2. Contenidos/temario	5
3. Metodología	6
4. Actividades formativas	6
5. Evaluación.....	7
5.1. Sistema de evaluación.....	7
5.2. Sistema de calificación	8
6. Bibliografía.....	9
6.1. Bibliografía de referencia.....	9
6.2. Bibliografía complementaria.....	9

1. Organización general

1.1. Datos de la asignatura

MATERIA	Aplicación clínica de las terapias de tercera generación
ASIGNATURA	Tratamiento de la Agorafobia y del Trastorno de Pánico con Técnicas de RV 6 ECTS
Carácter	Obligatorio
Cuatrimestre	Primero
Idioma en que se imparte	Castellano
Requisitos previos	No existen
Dedicación al estudio por ECTS	25 horas

1.2. Equipo docente

Profesor	Dra. Guadalupe Molinari guadalupe.molinari@campusviu.es
-----------------	--

1.3. Introducción a la asignatura

Los trastornos de ansiedad y del estado de ánimo se han convertido en uno de los principales problemas de salud observados en las personas que buscan atención en los centros de atención primaria y salud mental. La terapia cognitivo-conductual (TCC) es una de las intervenciones que más evidencia ha acumulado en el tratamiento de los trastornos de ansiedad y del estado de ánimo. La exposición es una técnica que generalmente está integrada en protocolos TCC para la ansiedad. Numerosos estudios han indicado que se trata de un componente clave para la reducción de la ansiedad en el trastorno de ansiedad generalizada, trastorno de ansiedad social, fobias específicas, trastorno de pánico, y el trastorno obsesivo-compulsivo, etc. No obstante, si bien la evidencia ha mostrado que en el campo del tratamiento de la salud mental, las terapias basadas en la exposición son las técnicas psicológicas más eficaces para el tratamiento de personas que sufren ansiedad patológica y miedo su uso ha sido limitado, y no resulta una intervención ampliamente aceptada por pacientes y terapeutas. En los últimos años la Realidad Virtual (RV) y la Realidad Aumentada (RA) se han convertido en importantes herramientas para superar algunas de estas limitaciones y aumentar la eficacia y la eficiencia de los tratamientos psicológicos que incluyen un componente de exposición. La RV nos permite "vivir" en una realidad simulada en 3D en el que el usuario puede interactuar con elementos virtuales como si fueran reales, y abre la posibilidad de utilizar estos entornos virtuales como potentes herramientas terapéuticas para el cambio.

1.4. Competencias y resultados de aprendizaje

COMPETENCIAS GENERALES

CG.1.- Conocer las bases teóricas y las aplicaciones prácticas de las Terapias Psicológicas de Tercera Generación.

CG.2.- Aplicar los conocimientos teóricos y los avances científicos a la Psicoterapia y a la investigación.

CG.3.-Ser capaz de lograr un adecuado nivel de comprensión de la demanda del destinatario en cada situación o contexto de aplicación.

CG.4. - Ser capaz de actuar con profesionalidad y comportamiento ético en el desempeño de la intervención psicológica y en la transmisión del conocimiento y práctica adquiridos.

CG.5.- Ser capaz de comunicar temas de su área de conocimiento con sus compañeros de profesión, con la comunidad académica en su conjunto y con la sociedad en general.

CG.6.- Adoptar una actitud favorable hacia el aprendizaje y la innovación en Psicología, mostrándose proactivo, participativo y con espíritu de superación ante la adquisición de nuevos conocimientos.

CG.7.- Mantener una actitud reflexiva y crítica ante la realidad social y personal, relacionada con los problemas psicológicos y poder transmitirla a la comunidad.

CG.8.- Valorar el papel de la Psicoterapia y sus aplicaciones prácticas como herramientas para fomentar la igualdad entre hombres y mujeres o entre colectivos minoritarios o tradicionalmente excluidos.

CG.9.- Fomentar el uso de tecnologías de la información y la comunicación en el campo de la Psicoterapia

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS DE LA ASIGNATURA

C.E.1. Conocer y saber distinguir los síntomas de la agorafobia para su correcto diagnóstico y su posterior tratamiento.

C.E.2. Ser capaz de llevar a cabo estrategias de intervención eficaces para el tratamiento de la agorafobia.

C.E.3. Conocer los tratamientos clásicos para la agorafobia y los tratamientos de tercera generación como el de la realidad virtual

RESULTADOS DE APRENDIZAJE

Al finalizar esta asignatura se espera que el estudiante sea capaz de:

RA.1.- Comprender las bases psicológicas, sociales y psicobiológicas aplicadas a la agorafobia.

RA.2.- Evaluar críticamente la evidencia, utilidad y eficacia de las nuevas tecnologías, así como sus ventajas y limitaciones.

RA.3.- Aplicar estrategias y metodología de intervención en trastornos psicológicos como la agorafobia.

2. Contenidos/temario

En la asignatura se incorporarán los siguientes contenidos:

- Actualización en el diagnóstico de la Agorafobia y el Trastorno de Pánico
- Tratamientos basados en la evidencia para el tratamiento de ambos trastornos.
- Uso de la Realidad Virtual para el tratamiento de ambos trastornos.
- Evidencia del uso de la RV en el ámbito clínico - Análisis de casos.

Los objetivos propios de la asignatura son:

- Conocer el diagnóstico y el diagnóstico diferencial de la agorafobia y el trastorno de pánico.
- Valorar los diferentes tipos de tratamientos de la agorafobia incluyendo los más novedosos. • Aprender a aplicar el tratamiento para cada uno de los casos.
- Aprender el uso de la RV como herramienta terapéutica para el tratamiento de estos trastornos.

Tema 1: Descripción de la Agorafobia y del Trastorno de Pánico

1.1.- Criterios DSM-5

1.2.- Análisis de cambios desde el DSM-IV-TR

Tema 2: Eficacia y eficiencia de los programas de tratamiento: tratamientos de elección para la agorafobia y el trastorno de pánico

2.1.- Los programas de tratamiento para la Agorafobia y el Trastorno de Pánico

2.2.- La perspectiva transdiagnóstica

Tema 3: Una propuesta de tratamiento para la agorafobia con o sin pánico 3.1. Componentes del tratamiento

3.1.1. El componente educativo

3.1.2. La discusión cognitiva

3.1.3. La hiperventilación y el entrenamiento en respiración lenta

3.1.4. El entrenamiento en técnicas de distracción

3.1.5. El uso de experimentos conductuales para el cambio cognitivo

3.1.6. La exposición a los estímulos externos

3.1.7. La exposición a los estímulos internos

3.1.8. Prevención de recaídas

Tema 4. Uso de la Realidad Virtual (RV) para el tratamiento de la agorafobia con o sin pánico

- 4.1. Ventajas y limitaciones de la RV
 - 4.2. El programa programa Going-out
 - 4.3. Otros estudios que investigan los efectos de la exposición mediante RV.
 - 4.4 Telepsicología
- Tema 5. Revisión bibliográfica sobre la eficacia de la RV en el tratamiento de la agorafobia y el pánico

3. Metodología

La metodología de la Universidad Internacional de Valencia (VIU) se caracteriza por una apuesta decidida en un modelo de carácter e-presencial. Así, siguiendo lo estipulado en el calendario de actividades docentes del Título, se impartirán en directo un conjunto de sesiones, que, además, quedarán grabadas para su posterior visionado por parte de aquellos estudiantes que lo necesiten. En todo caso, se recomienda acudir, en la medida de lo posible, a dichas sesiones, facilitando así el intercambio de experiencias y dudas con el docente.

En lo que se refiere a las metodologías específicas de enseñanza-aprendizaje, serán aplicadas por el docente en función de los contenidos de la asignatura y de las necesidades pedagógicas de los estudiantes. De manera general, se impartirán contenidos teóricos y, en el ámbito de las clases prácticas se podrá realizar la resolución de problemas, el estudio de casos y/o la simulación.

Por otro lado, la Universidad y sus docentes ofrecen un acompañamiento continuo al estudiante, poniendo a su disposición foros de dudas y tutorías para resolver las consultas de carácter académico que el estudiante pueda tener. Es importante señalar que resulta fundamental el trabajo autónomo del estudiante para lograr una adecuada consecución de los objetivos formativos previstos para la asignatura.

4. Actividades formativas

Durante el desarrollo de cada una de las asignaturas se programan una serie de actividades de aprendizaje que ayudan a los estudiantes a consolidar los conocimientos trabajados.

A continuación, se relacionan las actividades que forman parte de la asignatura:

1. Actividades de carácter teórico

Se trata de un conjunto de actividades guiadas por el profesor de la asignatura destinadas a la adquisición por parte de los estudiantes de los contenidos teóricos de la misma. Estas actividades, diseñadas de manera integral, se complementan entre sí y están directamente relacionadas con los materiales teóricos que se ponen a disposición del estudiante (manual, SCORM y material complementario). Estas actividades se desglosan en las siguientes categorías:

- a. Clases expositivas
- b. Sesiones con expertos en el aula
- c. Observación y evaluación de recursos didácticos audiovisuales
- d. Estudio y seguimiento de material interactivo

2. Actividades de carácter práctico

Se trata de un conjunto de actividades guiadas y supervisadas por el profesor de la asignatura vinculadas con la adquisición por parte de los estudiantes de los resultados de aprendizaje y competencias de carácter más práctico. Estas actividades, diseñadas con visión de conjunto, están relacionadas entre sí para ofrecer al estudiante una formación completa e integral.

3. Tutorías

Se trata de sesiones, tanto de carácter síncrono como asíncrono (e-mail), individuales o colectivas, en las que el profesor comparte información sobre el progreso académico del estudiante y en las que se resuelven dudas y se dan orientaciones específicas ante dificultades concretas en el desarrollo de la asignatura.

4. Trabajo autónomo

Se trata de un conjunto de actividades que el estudiante desarrolla autónomamente y que están enfocadas a lograr un aprendizaje significativo y a superar la evaluación de la asignatura. La realización de estas actividades es indispensable para adquirir las competencias y se encuentran entroncadas en el aprendizaje autónomo que consagra la actual ordenación de enseñanzas universitarias. Esta actividad, por su definición, tiene carácter asíncrono.

5. Prueba objetiva final

Como parte de la evaluación de cada una de las asignaturas (a excepción de las prácticas y el Trabajo fin de título), se realiza una prueba (examen final). Esta prueba se realiza en tiempo real (con los medios de control antifraude especificados) y tiene como objetivo evidenciar el nivel de adquisición de conocimientos y desarrollo de competencias por parte de los estudiantes. Esta actividad, por su definición, tiene carácter síncrono.

5. Evaluación

5.1. Sistema de evaluación

El Modelo de Evaluación de estudiantes en la Universidad se sustenta en los principios del Espacio Europeo de Educación Superior (EEES), y está adaptado a la estructura de formación virtual propia de esta Universidad. De este modo, se dirige a la evaluación de competencias.

Sistema de Evaluación	Ponderación
Portafolio*	70 %
Colecciones de tareas realizadas por el alumnado y establecidas por el profesorado. La mayoría de las tareas aquí recopiladas son el resultado del trabajo realizado dirigido por el profesorado en las actividades guiadas (20%), seminarios (20%), foros formativos (20%), y participación (auto-evaluación, 10%). Esto permite evaluar, además de las competencias conceptuales, otras de carácter más actitudinal, y de esta forma, valorar la integración de los contenidos en el saber hacer profesional.	
Sistema de Evaluación	Ponderación
Prueba final*	30 %
Prueba sumativa y final teórico-práctica (preguntas de prueba objetiva)	

***Es requisito indispensable para superar la asignatura aprobar cada apartado (portafolio y prueba final) con un mínimo de 5 para ponderar las calificaciones.**

Los enunciados y especificaciones propias de las distintas actividades serán aportados por el docente, a través del Campus Virtual, a lo largo de la impartición de la asignatura.

Atendiendo a la Normativa de Evaluación de la Universidad, se tendrá en cuenta que la utilización de **contenido de autoría ajena** al propio estudiante debe ser citada adecuadamente en los trabajos entregados. Los casos de plagio serán sancionados con suspenso (0) de la actividad en la que se detecte. Asimismo, el uso de **medios fraudulentos durante las pruebas de evaluación** implicará un suspenso (0) y podrá implicar la apertura de un expediente disciplinario.

5.2. Sistema de calificación

La calificación de la asignatura se establecerá en los siguientes cálculos y términos:

Nivel de aprendizaje	Calificación numérica	Calificación cualitativa
Muy competente	9,0 - 10	Sobresaliente
Competente	7,0 - 8,9	Notable
Aceptable	5,0 - 6,9	Aprobado
Aún no competente	0,0 - 4,9	Suspenso

Sin detrimento de lo anterior, el estudiante dispondrá de una **rúbrica simplificada** en el aula que mostrará los aspectos que valorará el docente, como así también los **niveles de**

desempeño que tendrá en cuenta para calificar las actividades vinculadas a cada resultado de aprendizaje.

La mención de «**Matrícula de Honor**» podrá ser otorgada a estudiantes que hayan obtenido una calificación igual o superior a 9.0. Su número no podrá exceder del cinco por ciento de los estudiantes matriculados en una materia en el correspondiente curso académico, salvo que el número de estudiantes matriculados sea inferior a 20, en cuyo caso se podrá conceder una sola «Matrícula de Honor».

6. Bibliografía

6.1. Bibliografía de referencia

- Asociación Americana de Psiquiatría, Guía de consulta de los criterios diagnósticos del DSM 5. (2013). Arlington, VA. Recuperado de: <http://www.eafit.edu.co/ninos/reddelaspreguntas/Documents/dsm-v-guia-consulta-manualdiagnostico-estadistico-trastornos-mentales.pdf>
- Bados, A. (2015). Agorafobia y Pánico. Recuperado de: <http://diposit.ub.edu/dspace/bitstream/2445/65642/1/Agorafobia%20y%20p%C3%A1nico.pdf>
- Botella, C. y Ballester, R. (1997). Trastorno de Pánico: Evaluación y tratamiento. Martínez Roca Capítulos 1, 8 y 9.

6.2. Bibliografía complementaria

- Baños, R. M., Guillén, V., García-Palacios, A., Quero, S., y Botella, C. (2013). Las nuevas tecnologías en el tratamiento de los trastornos de ansiedad. Información Psicológica, 102, 28-46. Recuperado de: <http://www.informaciopsicologica.info/OJSmottif/index.php/leonardo/article/viewFile/64/52>
- Botella, C., García-Palacios, A., Villa, H., Baños, R. M., Quero, S., Alcañiz, M., & Riva, G. (2007). Virtual reality exposure in the treatment of panic disorder and agoraphobia: A controlled study. *Clinical Psychology & Psychotherapy: An International Journal of Theory & Practice*, 14(3), 164-175.
- Boeldt, D., McMahon, E., McFaul, M., & Greenleaf, W. (2019). Using Virtual Reality Exposure Therapy to Enhance Treatment of Anxiety Disorders: Identifying Areas of Clinical Adoption and Potential Obstacles. *Frontiers in psychiatry*, 10, 773. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2019.00773>.

- Carl E., Stein A.T., Levihn-Coon A., Pogue J.R., Rothbaum B., Emmelkamp P., Asmundson G.J.G., (...), Powers M.B. (2019). Virtual reality exposure therapy for anxiety and related disorders: A meta-analysis of randomized controlled trials, *Journal of Anxiety Disorders*, 61(1), 61, 27-36.
- Craske, M. G., Treanor, M., Conway, C. C., Zbozinek, T., & Vervliet, B. (2014). Maximizing exposure therapy: An inhibitory learning approach. *Behaviour research and therapy*, 58, 10- 23.
- Emmelkamp, P. M., & Meyerbröker, K. (2021). Virtual reality therapy in mental health. *Annual Review of Clinical Psychology*, 17, 495-519.
- Fernandez-Alvarez, J., Rozental, A., Carlbring, P., Colombo, D., Riva, G., Anderson, P.L., Banos, R.M., Benbow, A.A., Bouchard, S., Breton-Lopez, J.M., Cardenas, G., Difede, J., Emmelkamp, P., Garcia-Palacios, A., Guillen, V., Hoffman, H., Kampmann, I., Moldovan, R., V. Muhlberger, A., North, M., Pauli, P., Peñate Castro, W., Quero, S., Tortella-Feliu, M., Wyka, K., Botella, C., 2019. Deterioration rates in Virtual Reality Therapy: An individual patient data level meta-analysis. *Journal of Anxiety Disorders*. 61(1), 3–17. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2018.06.005>
- Fernández-Álvarez J., Di Lernia D. & Riva G. (2020) Virtual Reality for Anxiety Disorders: Rethinking a Field in Expansion. In Y. K., Kim (Ed.) *Anxiety Disorders. Advances in Experimental Medicine and Biology*. vol 1191. Singapore: Springer.
- Garner, L. E., Steinberg, E. J., & McKay, D. (2021). Exposure therapy. In A. Wenzel (Ed.), *Handbook of cognitive behavioral therapy: Overview and approaches* (pp. 275–312). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/0000218-010>
- Tortella- Feliú, M. (2014). Los Trastornos de Ansiedad en el DSM-5. *Cuadernos de medicina psicosomática y psiquiatría de enlace*, 110, 62-69. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4803018>