

EL MODELO TRANSDIAGNOSTICO Y EL PROTOCOLO UNIFICADO PARA EL TRATAMIENTO TRANSDIAGNOSTICO DE LOS PROBLEMAS EMOCIONALES

Naiara García y Alberto RODRIGUEZ

1 de DICIEMBRE de 2025

INTRODUCCION AL MODELO TRANSDIAGNOSTICO

Origen: Comprender los procesos comunes que subyacen a múltiples trastornos.

Puntos Clave:

- **Definición:** El enfoque transdiagnóstico se centra en identificar y tratar los mecanismos o procesos subyacentes (p. ej., rumiación, evitación) que son comunes a través de diferentes categorías diagnósticas (p. ej., ansiedad social, depresión, TOC).
- **Crítica al DSM/CIE:** Surge como respuesta a las limitaciones de los sistemas de clasificación diagnóstica tradicionales, que a menudo presentan alta comorbilidad y solapamiento de síntomas.

Objetivo: Desarrollar tratamientos más eficientes y generalizables que aborden la raíz del problema, en lugar de síntomas específicos de un solo trastorno

FACTORES TRANSDIAGNOSTICO

CLAVES Los mecanismos compartidos

Punto de partida: Procesos psicológicos comunes que mantienen la psicopatología.

Factores clave:

- **Rumiación y Preocupación:** El pensamiento negativo, repetitivo e incontrolable sobre problemas pasados (rumiación) o futuros (preocupación) es central en la depresión y los trastornos de ansiedad.
- **Evitación Experiencial:** El intento de evitar a toda costa pensamientos, emociones, sensaciones corporales o situaciones incómodas (común en fobias, TEPT, TOC).
- **Intolerancia a la Incertidumbre:** La necesidad excesiva de saber con seguridad qué ocurrirá, lo que genera ansiedad ante lo impredecible (clave en el TAG y TOC).
- **Control Inhibitorio y Regulación Emocional:** Dificultades para manejar o modular las respuestas emocionales intensas (común en trastornos emocionales y de la conducta alimentaria).

APLICACIONES CLINICAS Y TRATAMIENTO

Estrategias de intervención integradas y eficientes.

Tipos de intervención:

- **Formulación de Caso Individualizada:** El foco pasa del diagnóstico categórico a una formulación idiográfica del paciente, identificando qué procesos transdiagnósticos mantienen su malestar específico.
- **Protocolos Unificados:** Desarrollo de manuales de tratamiento que abordan múltiples trastornos simultáneamente. El ejemplo más notable es el **Protocolo Unificado (PU) para los Trastornos Emocionales** de David Barlow.
- **Intervenciones Comunes:** Técnicas como la exposición, la reestructuración cognitiva, el *mindfulness* y las estrategias de regulación emocional se aplican de manera flexible a través de diferentes problemas

BENEFICIOS Y CONCLUSIONES

Un enfoque más holístico, eficiente y prometedor.

- **Mayor Eficiencia Terapéutica:** Aborda la comorbilidad de raíz, reduciendo la necesidad de múltiples tratamientos secuenciales para diferentes diagnósticos.
- **Generalización de Habilidades:** El paciente aprende habilidades que sirven para manejar una gama más amplia de problemas futuros, no solo los síntomas actuales.
- **Reducción del Estigma:** Se centra en procesos humanos comunes y tratables en lugar de etiquetas de "enfermedad mental" estancas.
- **Dirección Futura:** Representa una dirección prometedora en la investigación y práctica clínica, buscando modelos más parsimoniosos y basados en la evidencia empírica.

Utilidad en PAFE

- Se basa en el modelo teórico EL MARCO DE PODER, AMENAZA Y SIGNIFICADO desarrollado en Reino Unido hace 15 años.
- Facilita un trabajo psicoeducativo más eficaz, con un lenguaje cercano y visual que ayuda en la comprensión de lo que te pasa.
- Si comprendes el origen, puedes gestionarlo.
- Si bien existen diferentes factores transdiagnósticos, priorizamos tres comunes y extendidos los últimos años: ansiedad, pensamiento depresivo y pensamiento rumiativo. Ejemplo visual...
- La clave no está en el diagnóstico sino en comprender los síntomas... y cómo hacerlos frente. El diagnóstico es más complejo y partimos de un diagnóstico no estructural sino dinámico.
- El protocolo Unificado su objetivo es la aplicación en tutorías en casa siguiendo la metodología planteada... Favorece mentalización, una reflexión rutinaria y una reducción de la reactividad emocional cuanto menos.



The British
Psychological Society



Division of
Clinical Psychology



Formación Continuada a Distancia
Consejo General de la Psicología de España

2

Edición n° 45 abril-junio 2021

El Marco de Poder, Amenaza y Significado

Publicación abreviada

PERSPECTIVAS TRANSDIAGNÓSTICAS EN PSICOTERAPIA

DR. JORGE OSMA LÓPEZ
Profesor Titular de Universidad

DRA. AZUCENA GARCÍA PALACIOS
Catedrática de Universidad

Curso válido como mérito formativo que puntuará para la obtención
de las Acreditaciones Nacionales del Consejo General de la
Psicología.

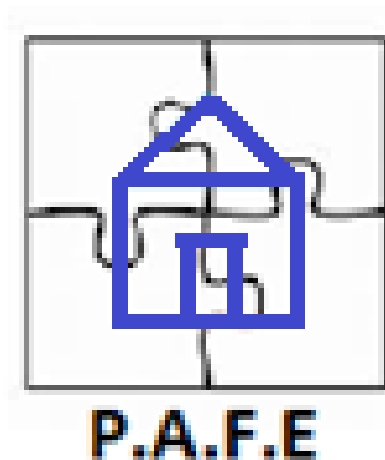


Enero 2018

FOCAAD **FORMACIÓN**
continuada a distancia

ISSN 1989-3906

Programa de Acogimiento Familiar Especializado – P.A.F.E. Familia Harrera Espezializatuko Programa – P.A.F.E.



Dirección del Programa – Alberto Rodríguez

T 618 82 53 42 E-mail: albertorodriguez@agintzari.eus

Polígono Ibaiondo, Edificio Orbegoza nº 27 4º - 20120 Hernani

www.agintzari.eus