

**110 Congreso Andaluz de Médicos de Atención Primaria SEMERGEN Andalucía** Chiclana (Cádiz) 12, 13 y 14 de mayo de 2016  
Hotel Valentin Novo Sancti Petri Centro de Convenciones

**Taller URM: Manejo de los trastornos afectivos: enfoque centrado en la persona**

SOCIEDAD ANDALUZA DE MEDICINA PSICOSOMÁTICA CENTRO MÉDICO PSICOSOMÁTICO SEMERGEN AP AP congress

www.congreso-semergenandalucia.com info@congreso-semergenandalucia.com

**110 Congreso Andaluz de Médicos de Atención Primaria SEMERGEN Andalucía** Chiclana (Cádiz) 12, 13 y 14 de mayo de 2016  
Hotel Valentin Novo Sancti Petri Centro de Convenciones

**Intervenciones**

- I. Abordaje psicossomático de los trastornos afectivos**  
Manuel Álvarez Romero. Médico Internista
- II. Trastornos afectivos y Psicoterapia**  
Esther Rodríguez Díaz. Psicóloga Sanitaria.
- III. Técnicas para inducir estados de relajación y calma**  
Ana Moreno Gómez. Psicóloga Sanitaria.

SOCIEDAD ANDALUZA DE MEDICINA PSICOSOMÁTICA CENTRO MÉDICO PSICOSOMÁTICO SEMERGEN AP AP congress

www.congreso-semergenandalucia.com info@congreso-semergenandalucia.com

**110 Congreso Andaluz de Médicos de Atención Primaria SEMERGEN Andalucía** Chiclana (Cádiz) 12, 13 y 14 de mayo de 2016  
Hotel Valentin Novo Sancti Petri Centro de Convenciones

**Primera parte: Abordaje psicossomático de los trastornos afectivos**

Manuel Álvarez Romero  
Médico Internista  
Director Centro Médico Psicossomático. Sevilla.  
Presidente SEMP y SAMP

Congreso SEMERGEN-Andalucía  
Chiclana, 12-14 de Mayo de 2016

SOCIEDAD ANDALUZA DE MEDICINA PSICOSOMÁTICA CENTRO MÉDICO PSICOSOMÁTICO SEMERGEN AP AP congress

www.congreso-semergenandalucia.com info@congreso-semergenandalucia.com

**110 Congreso Andaluz de Médicos de Atención Primaria SEMERGEN Andalucía** Chiclana (Cádiz) 12, 13 y 14 de mayo de 2016  
Hotel Valentin Novo Sancti Petri Centro de Convenciones

**I. Conceptos. ¿De qué hablamos?**

SOCIEDAD ANDALUZA DE MEDICINA PSICOSOMÁTICA CENTRO MÉDICO PSICOSOMÁTICO SEMERGEN AP AP congress

www.congreso-semergenandalucia.com info@congreso-semergenandalucia.com

**110 Congreso Andaluz de Médicos de Atención Primaria SEMERGEN Andalucía** Chiclana (Cádiz) 12, 13 y 14 de mayo de 2016  
 Hotel Valentin Novo Sancti Petri Centro de Convenciones

**X Congreso del Colegio Internacional de Medicina Psicosomática, Madrid, Nov. 1989.**

**Dr. Juan José López-Ibor Aliño:** La Medicina Psicosomática dispone tanto de las técnicas y de los conocimientos como de la actitud oportuna para enfrentarse a los desafíos de nuestro tiempo. El enfoque bio-psico-social pone el acento en los aspectos biológicos, comportamentales y sociales integrados y en actividad, tanto en la salud como en la enfermedad.

Este enfoque es el modelo más adecuado para la Medicina de nuestro tiempo.

SOCIEDAD ANDALUZA DE MEDICINA PSICOSOMÁTICA  
 CENTRO MEDICO PSICOSOMÁTICO  
 SEMERGEN AP  
 110 congreso de médicos de atención primaria  
 Chiclana (Cádiz) 12, 13 y 14 de mayo de 2016  
 Hotel Valentin Novo Sancti Petri Centro de Convenciones

[www.congreso-semergenandalucia.com](http://www.congreso-semergenandalucia.com) [info@congreso-semergenandalucia.com](mailto:info@congreso-semergenandalucia.com)

**110 Congreso Andaluz de Médicos de Atención Primaria SEMERGEN Andalucía** Chiclana (Cádiz) 12, 13 y 14 de mayo de 2016  
 Hotel Valentin Novo Sancti Petri Centro de Convenciones

**Frases que dicen mucho**

- “Es importante valorar la *zona gris* entre la salud y la enfermedad”. Vicente Salvatierra (Alicante, 1988).
- “Médicos que miran a los ojos y no solo a las recetas”. El correo de Andalucía 30-V-2004.
- “Las enfermedades agudas son biológicas o animales mientras que las enfermedades crónicas son biográficas o humanas”. Sydenham. (S. XVII)

SOCIEDAD ANDALUZA DE MEDICINA PSICOSOMÁTICA  
 CENTRO MEDICO PSICOSOMÁTICO  
 SEMERGEN AP  
 110 congreso de médicos de atención primaria  
 Chiclana (Cádiz) 12, 13 y 14 de mayo de 2016  
 Hotel Valentin Novo Sancti Petri Centro de Convenciones

[www.congreso-semergenandalucia.com](http://www.congreso-semergenandalucia.com) [info@congreso-semergenandalucia.com](mailto:info@congreso-semergenandalucia.com)

**110 Congreso Andaluz de Médicos de Atención Primaria SEMERGEN Andalucía** Chiclana (Cádiz) 12, 13 y 14 de mayo de 2016  
 Hotel Valentin Novo Sancti Petri Centro de Convenciones

**August Heinroth**  
 1773-1843

- Autor del término “psicosomático”(1818)
- “Compendio de Antropología”(1822)



SOCIEDAD ANDALUZA DE MEDICINA PSICOSOMÁTICA  
 CENTRO MEDICO PSICOSOMÁTICO  
 SEMERGEN AP  
 110 congreso de médicos de atención primaria  
 Chiclana (Cádiz) 12, 13 y 14 de mayo de 2016  
 Hotel Valentin Novo Sancti Petri Centro de Convenciones

[www.congreso-semergenandalucia.com](http://www.congreso-semergenandalucia.com) [info@congreso-semergenandalucia.com](mailto:info@congreso-semergenandalucia.com)

**110 Congreso Andaluz de Médicos de Atención Primaria SEMERGEN Andalucía** Chiclana (Cádiz) 12, 13 y 14 de mayo de 2016  
 Hotel Valentin Novo Sancti Petri Centro de Convenciones

**Un gran libro:**  
 “Introducción histórica al estudio de la Patología Psicosomática”

Toda la Medicina es psicosomática pero no toda Patología lo es.

**PEDRO LAÍN ENTRALGO**  
 Editorial Paz Montalvo  
 MADRID, 1950

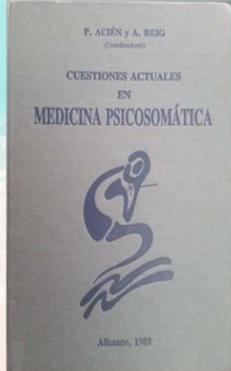


SOCIEDAD ANDALUZA DE MEDICINA PSICOSOMÁTICA  
 CENTRO MEDICO PSICOSOMÁTICO  
 SEMERGEN AP  
 110 congreso de médicos de atención primaria  
 Chiclana (Cádiz) 12, 13 y 14 de mayo de 2016  
 Hotel Valentin Novo Sancti Petri Centro de Convenciones

[www.congreso-semergenandalucia.com](http://www.congreso-semergenandalucia.com) [info@congreso-semergenandalucia.com](mailto:info@congreso-semergenandalucia.com)

**110 Congreso Andaluz de Médicos de Atención Primaria SEMERGEN Andalucía** Chiclana (Cádiz) 12, 13 y 14 de mayo de 2016  
Hotel Valentin Novo Sancti Petri Centro de Convenciones

**Mi encuentro con la Psicósomática:**  
I Congreso de Medicina Psicosomática y, XXIV Reunión Anual de la Sociedad Española de Medicina Psicosomática.  
**Alicante, 2 -5 Nov. 1988.**  
“La Medicina Psicosomática en la práctica clínica diaria”.

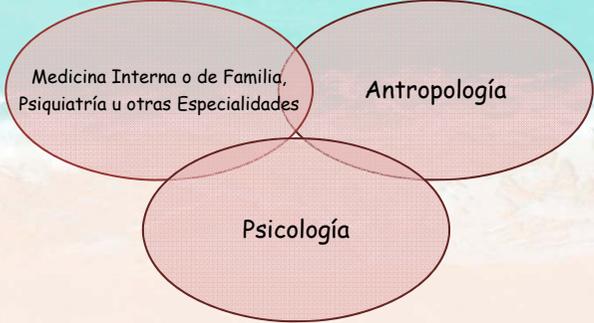


SOCIEDAD ANDALUZA DE MEDICINA PSICOSOMÁTICA  
CENTRO MÉDICO PSICOSOMÁTICO

SEMERGEN AP  
AP Congreso  
Cádiz, España  
Tel: 952 300 000  
Fax: 952 300 000  
www.semergen.es

www.congreso-semergenandalucia.com info@congreso-semergenandalucia.com

**110 Congreso Andaluz de Médicos de Atención Primaria SEMERGEN Andalucía** Chiclana (Cádiz) 12, 13 y 14 de mayo de 2016  
Hotel Valentin Novo Sancti Petri Centro de Convenciones



SOCIEDAD ANDALUZA DE MEDICINA PSICOSOMÁTICA  
CENTRO MÉDICO PSICOSOMÁTICO

SEMERGEN AP  
AP Congreso  
Cádiz, España  
Tel: 952 300 000  
Fax: 952 300 000  
www.semergen.es

www.congreso-semergenandalucia.com info@congreso-semergenandalucia.com

**110 Congreso Andaluz de Médicos de Atención Primaria SEMERGEN Andalucía** Chiclana (Cádiz) 12, 13 y 14 de mayo de 2016  
Hotel Valentin Novo Sancti Petri Centro de Convenciones

**EL ENFOQUE CENTRADO EN LA PERSONA**

- **Medicina centrada en la Persona, que es:**
  - Libre
  - Inteligente
  - Con voluntad
  - Única
  - Con conciencia de sí
  - Transcendente
  - Irrepetible
- **La consideración en la enfermedad o en la salud:**
  - Del perfil biográfico...
  - Y del corte situacional del ahora.

SOCIEDAD ANDALUZA DE MEDICINA PSICOSOMÁTICA  
CENTRO MÉDICO PSICOSOMÁTICO

SEMERGEN AP  
AP Congreso  
Cádiz, España  
Tel: 952 300 000  
Fax: 952 300 000  
www.semergen.es

www.congreso-semergenandalucia.com info@congreso-semergenandalucia.com

**110 Congreso Andaluz de Médicos de Atención Primaria SEMERGEN Andalucía** Chiclana (Cádiz) 12, 13 y 14 de mayo de 2016  
Hotel Valentin Novo Sancti Petri Centro de Convenciones

**Las mil caras de la Depresión**

- Las depresiones enmascaradas con su ingente dolor y elevado coste.
- El sombrero.

SOCIEDAD ANDALUZA DE MEDICINA PSICOSOMÁTICA  
CENTRO MÉDICO PSICOSOMÁTICO

SEMERGEN AP  
AP Congreso  
Cádiz, España  
Tel: 952 300 000  
Fax: 952 300 000  
www.semergen.es

www.congreso-semergenandalucia.com info@congreso-semergenandalucia.com



## Viejos y nuevos libros





110 Congreso Andaluz de Médicos de Atención Primaria SEMERGEN Andalucía

Chiclana (Cádiz) 12, 13 y 14 de mayo de 2016  
Hotel Valentin Novo Sancti Petri Centro de Convenciones

## Campos

- Personalidad, carácter, temperamento. Estilo de vida.
  - El pensamiento positivo alarga la vida
  - La hostilidad reprimida aumenta la patología cardiovascular.
- La patología Histérica y la terapia por modificación de los estados de conciencia: Hipnosis y Autohipnosis ...



SOCIEDAD ANDALUZA DE MEDICINA PSICOSOMÁTICA

CENTRO MÉDICO PSICOSOMÁTICO

SEMERGEN AP

www.congreso-semergenandalucia.com info@congreso-semergenandalucia.com

110 Congreso Andaluz de Médicos de Atención Primaria SEMERGEN Andalucía

Chiclana (Cádiz) 12, 13 y 14 de mayo de 2016  
Hotel Valentin Novo Sancti Petri Centro de Convenciones

### Las histerias del siglo XXI:

La discapacidad para amar o para dejarse querer.  
Se obstruyen las conducciones del afecto y del amor




SOCIEDAD ANDALUZA DE MEDICINA PSICOSOMÁTICA

CENTRO MÉDICO PSICOSOMÁTICO

SEMERGEN AP

www.congreso-semergenandalucia.com info@congreso-semergenandalucia.com

110 Congreso Andaluz de Médicos de Atención Primaria SEMERGEN Andalucía

Chiclana (Cádiz) 12, 13 y 14 de mayo de 2016  
Hotel Valentin Novo Sancti Petri Centro de Convenciones

## II. Geografía e Historia de la Medicina Psicosomática

SOCIEDAD ANDALUZA DE MEDICINA PSICOSOMÁTICA

CENTRO MÉDICO PSICOSOMÁTICO

SEMERGEN AP

www.congreso-semergenandalucia.com info@congreso-semergenandalucia.com



**110 Congreso Andaluz de Médicos de Atención Primaria SEMERGEN Andalucía** Chiclana (Cádiz) 12, 13 y 14 de mayo de 2016  
Hotel Valentin Novo Sancti Petri Centro de Convenciones

## LAS RAICES

- La medicina mágica primitiva
- La Medicina Egipcia y Asiro babilónica
- La Medicina India
- Los griegos: La escuela de Cos con Hipócrates, frente a la de Nido de corte materialista.
- Avicena y la Medicina Árabe




SOCIEDAD ANDALUZA DE MEDICINA PSICOSOMÁTICA



CENTRO MEDICO PSICOSOMÁTICO



SEMERGEN AP



AP Congreso



www.congreso-semergenandalucia.com info@congreso-semergenandalucia.com

**110 Congreso Andaluz de Médicos de Atención Primaria SEMERGEN Andalucía** Chiclana (Cádiz) 12, 13 y 14 de mayo de 2016  
Hotel Valentin Novo Sancti Petri Centro de Convenciones

- **Cannon (1871-1945). Norteamérica.**
  - La sabiduría del organismo: La homeostasis.
  - Las emociones afectan a todo el organismo, y condicionan esa regulación mediante las vías córticotálámicas y el Sistema nervioso autónomo.
- **H. Selye (1907-1983). Austria.**
  - Síndrome general de adaptación al estrés.
  - Fases de alarma, de resistencia y de agotamiento.




SOCIEDAD ANDALUZA DE MEDICINA PSICOSOMÁTICA



CENTRO MEDICO PSICOSOMÁTICO



SEMERGEN AP



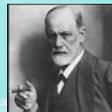
AP Congreso



www.congreso-semergenandalucia.com info@congreso-semergenandalucia.com

**110 Congreso Andaluz de Médicos de Atención Primaria SEMERGEN Andalucía** Chiclana (Cádiz) 12, 13 y 14 de mayo de 2016  
Hotel Valentin Novo Sancti Petri Centro de Convenciones

- El Psicoanálisis. Freud (1856-1939)
- Los médicos humanistas centroeuropeos:
  - Won Weizsacker (1932) con “El orden vital”, para Max Scheller el “ordo amoris”
  - Kraus
  - Krehl
  - Medar Boss
  - Groddeck






Won Weizsacker

Medar Boss

Groddeck

SOCIEDAD ANDALUZA DE MEDICINA PSICOSOMÁTICA



CENTRO MEDICO PSICOSOMÁTICO



SEMERGEN AP



AP Congreso



www.congreso-semergenandalucia.com info@congreso-semergenandalucia.com

**110 Congreso Andaluz de Médicos de Atención Primaria SEMERGEN Andalucía** Chiclana (Cádiz) 12, 13 y 14 de mayo de 2016  
Hotel Valentin Novo Sancti Petri Centro de Convenciones

**EN EEUU:**

- Dumber. 1943
- Franz Alexander. Budapest, 22 de enero de 1891
- Palm Spring. California, 8 de marzo de 1964
- La revista "Psychosomatic Medicine" nace en 1939

SOCIEDAD ANDALUZA DE MEDICINA PSICOSOMÁTICA  
CENTRO MEDICO PSICOSOMÁTICO

SEMERGEN AP  
12º Congreso  
Cádiz, España  
12-14 de mayo de 2016

www.congresoemergenandalucia.com info@congresoemergenandalucia.com

**110 Congreso Andaluz de Médicos de Atención Primaria SEMERGEN Andalucía** Chiclana (Cádiz) 12, 13 y 14 de mayo de 2016  
Hotel Valentin Novo Sancti Petri Centro de Convenciones



**Michael Balint.** Budapest 1896-1970  
Discípulo del psicoanalista Ferenczi.  
Los grupos Balint.  
"El médico, el paciente y la enfermedad"  
1979.

SOCIEDAD ANDALUZA DE MEDICINA PSICOSOMÁTICA  
CENTRO MEDICO PSICOSOMÁTICO

SEMERGEN AP  
12º Congreso  
Cádiz, España  
12-14 de mayo de 2016

www.congresoemergenandalucia.com info@congresoemergenandalucia.com

**110 Congreso Andaluz de Médicos de Atención Primaria SEMERGEN Andalucía** Chiclana (Cádiz) 12, 13 y 14 de mayo de 2016  
Hotel Valentin Novo Sancti Petri Centro de Convenciones

- Sudamérica: Argentina, Chile, Perú,...  
– Honorio Delgado (Perú, 1892 – 1969)
- Pierre Marty (1918-1993)  
y la escuela de París.




SOCIEDAD ANDALUZA DE MEDICINA PSICOSOMÁTICA  
CENTRO MEDICO PSICOSOMÁTICO

SEMERGEN AP  
12º Congreso  
Cádiz, España  
12-14 de mayo de 2016

www.congresoemergenandalucia.com info@congresoemergenandalucia.com

**110 Congreso Andaluz de Médicos de Atención Primaria SEMERGEN Andalucía** Chiclana (Cádiz) 12, 13 y 14 de mayo de 2016  
Hotel Valentin Novo Sancti Petri Centro de Convenciones

**Juan Rof Carballo**  
(Lugo, 1905-Madrid, 1994)

- ❖ Médico Internista, psicoanálisis personal.
- ❖ Sus fundamentos humanísticos y científicos.
- ❖ Llega a San Sebastián en 1939 y le acoge el Dr. Jiménez Díaz. Con él marcha a Madrid en 1940. Es el inicio de la Clínica de la Concepción.
- ❖ El primer Servicio de Medicina Psicosomática en el Hospital Clínico de Madrid, con el apoyo del Dr. Gregorio Marañón.



SOCIEDAD ANDALUZA DE MEDICINA PSICOSOMÁTICA  
CENTRO MEDICO PSICOSOMÁTICO

SEMERGEN AP  
12º Congreso  
Cádiz, España  
12-14 de mayo de 2016

www.congresoemergenandalucia.com info@congresoemergenandalucia.com

**110 Congreso Andaluz de Médicos de Atención Primaria SEMERGEN Andalucía** Chiclana (Cádiz) 12, 13 y 14 de mayo de 2016  
Hotel Valentin Novo Sancti Petri Centro de Convenciones

**J. ROF CARBALLO**  
Jefe del Área TERAPEUTICA DEL HOMBRE

**EN ESPAÑA:**

- Juan José López Ibor: Patología médica.
- Carlos Jiménez Díaz: Un converso.
- Arturo Fernández Cruz: Los valores o disvalores tienen fuerza y capacidad curativa o patógena.
- Emilio Mira y López: Unificó la Psicología y la Medicina.
- Juan Obiols: hacia 1962 impulsó la conveniencia de una formación médica antes que psiquiátrica.
- Zubiri y la propuesta filosófica de “la filosofía de la unión”

**JUAN ROF CARBALLO Y LA MEDICINA PSICOSOMÁTICA**  
Entre la mente J. Rof Carballo, y la persona Dr. Fernández-Cruz

SOCIEDAD ANDALUZA DE MEDICINA PSICOSOMÁTICA  
CENTRO MEDICO PSICOSOMÁTICO

www.congreso-semergenandalucia.com info@congreso-semergenandalucia.com

**110 Congreso Andaluz de Médicos de Atención Primaria SEMERGEN Andalucía** Chiclana (Cádiz) 12, 13 y 14 de mayo de 2016  
Hotel Valentin Novo Sancti Petri Centro de Convenciones

**Gregorio Marañón o la humildad necesaria**

- La Medicina como profesión es excelsa pero como ciencia tiene que seguir siendo humilde.
- “ LA MEDICINA HA DE RECONOCER QUE DEPENDE DEL HUMANISMO PARA COMPLETAR SU EFICACIA”



**Madrid, 1887 –1960**

SOCIEDAD ANDALUZA DE MEDICINA PSICOSOMÁTICA  
CENTRO MEDICO PSICOSOMÁTICO

www.congreso-semergenandalucia.com info@congreso-semergenandalucia.com

**110 Congreso Andaluz de Médicos de Atención Primaria SEMERGEN Andalucía** Chiclana (Cádiz) 12, 13 y 14 de mayo de 2016  
Hotel Valentin Novo Sancti Petri Centro de Convenciones

**III. Un Paradigma Emergente**

SOCIEDAD ANDALUZA DE MEDICINA PSICOSOMÁTICA  
CENTRO MEDICO PSICOSOMÁTICO

www.congreso-semergenandalucia.com info@congreso-semergenandalucia.com

**110 Congreso Andaluz de Médicos de Atención Primaria SEMERGEN Andalucía** Chiclana (Cádiz) 12, 13 y 14 de mayo de 2016  
Hotel Valentin Novo Sancti Petri Centro de Convenciones

**¿Qué es un Paradigma?**

- La ciencia se desarrolla mediante cambios progresivos o con rupturas de Paradigmas que se van sucediendo:  
Las infecciones, la circulación de la sangre, el colesterol y el pescado azul,...
- El Paradigma Bio-Psico-Social de Engels
- El paradigma Bio-Psico-Socio-Eco-Espiritual

SOCIEDAD ANDALUZA DE MEDICINA PSICOSOMÁTICA  
CENTRO MEDICO PSICOSOMÁTICO

www.congreso-semergenandalucia.com info@congreso-semergenandalucia.com

**110 Congreso Andaluz de Médicos de Atención Primaria SEMERGEN Andalucía**  
 Chiclana (Cádiz) 12, 13 y 14 de mayo de 2016  
 Hotel Valentin Novo Sancti Petri Centro de Convenciones

### El Paradigma Psicosomático

<b>BIO:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Herencia, genes.</li> <li>Análisis genético para conocer y orientar preventivamente.</li> </ul>
<b>PSICO:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Lo aprendido.</li> <li>Actitudes y hábitos.</li> <li>El apego y la urdimbre.</li> <li>Importancia del eco emocional.</li> </ul>
<b>SOCIO:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Papel del entorno como fortaleza, vulnerabilidad o estresor en los Trastornos de Personalidad.</li> </ul>
<b>ECO:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Condiciones ambientales.</li> <li>Edificio, cambios climáticos, confort.</li> </ul>
<b>ESPIRITUAL:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Estamos condicionados por lo anterior pero no determinados.</li> <li>El camino a la salud, al equilibrio o la armonía y las decisiones (elecciones y omisiones) personales.</li> </ul>


[www.congreso-semergenandalucia.com](http://www.congreso-semergenandalucia.com)    [info@congreso-semergenandalucia.com](mailto:info@congreso-semergenandalucia.com)

**110 Congreso Andaluz de Médicos de Atención Primaria SEMERGEN Andalucía**  
 Chiclana (Cádiz) 12, 13 y 14 de mayo de 2016  
 Hotel Valentin Novo Sancti Petri Centro de Convenciones

## La Escuela Andaluza

- La SAMP. Fundación en Antequera, Febrero, 1992
- Granada. Prof. José M<sup>a</sup> López Sánchez.  
 La cátedra de Psiquiatría de Carlos Ruíz Ogara (1932-2003).
- El *núcleo* sevillano y las actividades con profesionales y con universitarios de Facultades de Ciencias de la salud de la Universidad de Sevilla.
- Almería. Dres. Fernando Jiménez y Concha Barceló.


[www.congreso-semergenandalucia.com](http://www.congreso-semergenandalucia.com)    [info@congreso-semergenandalucia.com](mailto:info@congreso-semergenandalucia.com)

**110 Congreso Andaluz de Médicos de Atención Primaria SEMERGEN Andalucía**  
 Chiclana (Cádiz) 12, 13 y 14 de mayo de 2016  
 Hotel Valentin Novo Sancti Petri Centro de Convenciones

### EL ABORDAJE DE UN PROCESO PSICOSOMÁTICO EXIGE 4 NOTAS:

- Aprendizaje, conocimiento, ciencia.
- Empatía, conexión, permeabilidad.
- Confianza: que no se impone sino que se inspira.
- Sentido: entendimiento del propio papel en la vida y en este *acto*.


[www.congreso-semergenandalucia.com](http://www.congreso-semergenandalucia.com)    [info@congreso-semergenandalucia.com](mailto:info@congreso-semergenandalucia.com)

**110 Congreso Andaluz de Médicos de Atención Primaria SEMERGEN Andalucía**  
 Chiclana (Cádiz) 12, 13 y 14 de mayo de 2016  
 Hotel Valentin Novo Sancti Petri Centro de Convenciones

### Y ADEMÁS...

- La dotación de sentido al dolor, al sufrimiento y a la vida. La logoterapia de Victor Frankl
- El locus* de control como medio terapéutico.
- Psicoeducación, Psicoterapias y Psicofármacos o medicación para los procesos endocrinológicos si los hay.
- La verbalización de la enfermedad vivida como pequeña historia personal y su valor terapéutico.


[www.congreso-semergenandalucia.com](http://www.congreso-semergenandalucia.com)    [info@congreso-semergenandalucia.com](mailto:info@congreso-semergenandalucia.com)

**110 Congreso Andaluz de Médicos de Atención Primaria SEMERGEN Andalucía** Chiclana (Cádiz) 12, 13 y 14 de mayo de 2016  
 Hotel Valentin Novo Sancti Petri Centro de Convenciones

Los beneficios de abrir el corazón.....  
 Hay que darse, oportunamente, a conocer...



"Se debe dejar que hable el dolor, porque la pena que no habla gime en el corazón hasta que lo rompe"  
 W. Shakespeare.

SOCIEDAD ANDALUZA DE MEDICINA PSICOSOMÁTICA CENTRO MÉDICO PSICOSOMÁTICO SEMERGEN AP AP CONGRESOS

www.congreso-semergenandalucia.com info@congreso-semergenandalucia.com

**110 Congreso Andaluz de Médicos de Atención Primaria SEMERGEN Andalucía** Chiclana (Cádiz) 12, 13 y 14 de mayo de 2016  
 Hotel Valentin Novo Sancti Petri Centro de Convenciones

**¿PASTILLAS O PALABRAS?**

- URM: Uso racional de medicamentos
  - Efectos secundarios
  - Coste



SOCIEDAD ANDALUZA DE MEDICINA PSICOSOMÁTICA CENTRO MÉDICO PSICOSOMÁTICO SEMERGEN AP AP CONGRESOS

www.congreso-semergenandalucia.com info@congreso-semergenandalucia.com

**110 Congreso Andaluz de Médicos de Atención Primaria SEMERGEN Andalucía** Chiclana (Cádiz) 12, 13 y 14 de mayo de 2016  
 Hotel Valentin Novo Sancti Petri Centro de Convenciones

**IV. ¿Quiénes pueden ejercer la Medicina Psicosomática?**

SOCIEDAD ANDALUZA DE MEDICINA PSICOSOMÁTICA CENTRO MÉDICO PSICOSOMÁTICO SEMERGEN AP AP CONGRESOS

www.congreso-semergenandalucia.com info@congreso-semergenandalucia.com

**110 Congreso Andaluz de Médicos de Atención Primaria SEMERGEN Andalucía** Chiclana (Cádiz) 12, 13 y 14 de mayo de 2016  
 Hotel Valentin Novo Sancti Petri Centro de Convenciones

- Quienes muestran interés por ella, adquieren formación y pueden ejercitarla.
- **Psiquiatría de Enlace o Interconsulta en hospitales.**
- Algunos Servicios hospitalarios o de Atención Primaria.
- **La relación entre Centros de Salud Mental y Centros de Salud, cosa nada frecuente.**
- En la Universidad: Asignaturas, Master, *Practicum*, Asignaturas de libre configuración con créditos.
- **Las Sociedades científicas y las Academias.**

SOCIEDAD ANDALUZA DE MEDICINA PSICOSOMÁTICA CENTRO MÉDICO PSICOSOMÁTICO SEMERGEN AP AP CONGRESOS

www.congreso-semergenandalucia.com info@congreso-semergenandalucia.com

**110 Congreso Andaluz de Médicos de Atención Primaria SEMERGEN Andalucía** Chiclana (Cádiz) 12, 13 y 14 de mayo de 2016  
Hotel Valentin Novo Sancti Petri Centro de Convenciones

## V. En la práctica.... ¿campos de especial interés para la psicología?

SOCIEDAD ANDALUZA DE MEDICINA PSICOSOMÁTICA CENTRO MEDICO PSICOSOMATICO SEMERGEN AP AP congresos

www.congreso-semergenandalucia.com info@congreso-semergenandalucia.com

**110 Congreso Andaluz de Médicos de Atención Primaria SEMERGEN Andalucía** Chiclana (Cádiz) 12, 13 y 14 de mayo de 2016  
Hotel Valentin Novo Sancti Petri Centro de Convenciones

**En consultas de A. P. 40 por ciento**



**PATOLOGÍA PSICOSOMÁTICA**

**En consultas Psiquiátricas: 30 por ciento**

SOCIEDAD ANDALUZA DE MEDICINA PSICOSOMÁTICA CENTRO MEDICO PSICOSOMATICO SEMERGEN AP AP congresos

www.congreso-semergenandalucia.com info@congreso-semergenandalucia.com

**110 Congreso Andaluz de Médicos de Atención Primaria SEMERGEN Andalucía** Chiclana (Cádiz) 12, 13 y 14 de mayo de 2016  
Hotel Valentin Novo Sancti Petri Centro de Convenciones

## PATOLOGÍA PSICOSOMÁTICA

- Las enfermedades funcionales, sin sustrato detectable: Somatizaciones. Trastornos somatomorfos.
- Psiconeuro-inmunología.
- Psiconeuro-endocrinología.
- Psicobiología y respuesta al estrés, su control y su manejo: Hipertensión arterial, Patología cardiovascular, Enfermedades digestivas,...

SOCIEDAD ANDALUZA DE MEDICINA PSICOSOMÁTICA CENTRO MEDICO PSICOSOMATICO SEMERGEN AP AP congresos

www.congreso-semergenandalucia.com info@congreso-semergenandalucia.com



**¡MUCHAS GRACIAS!**

SOCIEDAD ANDALUZA DE MEDICINA PSICOSOMÁTICA CENTRO MEDICO PSICOSOMATICO SEMERGEN AP AP congresos

www.congreso-semergenandalucia.com info@congreso-semergenandalucia.com

**110 Congreso Andaluz de Médicos de Atención Primaria SEMERGEN Andalucía** Chiclana (Cádiz) 12, 13 y 14 de mayo de 2016  
 Hotel Valentin Novo Sancti Petri Centro de Convenciones

## Segunda Parte: Trastornos afectivos y Psicoterapia

**Esther Rodríguez Díaz**  
 Psicóloga Sanitaria. Centro Médico Psicosomático. Sevilla.

Secretaría General de las Sociedades Andaluza y Española de Medicina Psicosomática (SAMP y SEMP).

SOCIEDAD ANDALUZA DE MEDICINA PSICOSOMÁTICA | CENTRO MÉDICO PSICOSOMÁTICO | SEMERGEN AP | AP ANDALUZ DE ATENCIÓN PRIMARIA

[www.congresoemergenandalucia.com](http://www.congresoemergenandalucia.com) | [info@congresoemergenandalucia.com](mailto:info@congresoemergenandalucia.com)

**110 Congreso Andaluz de Médicos de Atención Primaria SEMERGEN Andalucía** Chiclana (Cádiz) 12, 13 y 14 de mayo de 2016  
 Hotel Valentin Novo Sancti Petri Centro de Convenciones

## I. DETECCIÓN

- **Cultura:**  
 Valoración sistémica del contexto cultural de una persona - conocer el origen sociocultural, para poder valorar los síntomas y los trastornos funcionales.
- **Trastornos afectivos:**  
 Cambios psicopatológicos del:
  - estado de ánimo
  - los afectos
  - los sentimientos
  - algunos aspectos de la energía psicomotora
 trastornos físicos (síntomas más vegetativos y somáticos).



SOCIEDAD ANDALUZA DE MEDICINA PSICOSOMÁTICA | CENTRO MÉDICO PSICOSOMÁTICO | SEMERGEN AP | AP ANDALUZ DE ATENCIÓN PRIMARIA

[www.congresoemergenandalucia.com](http://www.congresoemergenandalucia.com) | [info@congresoemergenandalucia.com](mailto:info@congresoemergenandalucia.com)

**110 Congreso Andaluz de Médicos de Atención Primaria SEMERGEN Andalucía** Chiclana (Cádiz) 12, 13 y 14 de mayo de 2016  
 Hotel Valentin Novo Sancti Petri Centro de Convenciones

## CLASIFICACIÓN DE LOS TRASTORNOS DEL ESTADO DE ÁNIMO SEGÚN EL DSM-IV-TR:

- **Episodios afectivos**
  - Episodio depresivo mayor
  - Episodio maniaco
  - Episodio mixto
  - Episodio hipomaniaco
- **Trastornos bipolares:**
  - Trastorno bipolar I, episodio maniaco único
  - Trastorno bipolar I, episodio más reciente hipomaniaco
  - Trastorno bipolar I, episodio más reciente maniaco
  - Trastorno bipolar I, episodio más reciente mixto
  - Trastorno bipolar I, episodio más reciente depresivo
  - Trastorno bipolar I, episodio más reciente no especificado
  - Trastorno bipolar II
  - Trastorno ciclotímico
  - Trastorno bipolar no especificado
- **Trastornos depresivos:**
  - Trastorno depresivo mayor, episodio único
  - Trastorno depresivo mayor, recidivante
  - Trastorno distímico
  - Trastorno depresivo no especificado

SOCIEDAD ANDALUZA DE MEDICINA PSICOSOMÁTICA | CENTRO MÉDICO PSICOSOMÁTICO | SEMERGEN AP | AP ANDALUZ DE ATENCIÓN PRIMARIA

[www.congresoemergenandalucia.com](http://www.congresoemergenandalucia.com) | [info@congresoemergenandalucia.com](mailto:info@congresoemergenandalucia.com)

**110 Congreso Andaluz de Médicos de Atención Primaria SEMERGEN Andalucía** Chiclana (Cádiz) 12, 13 y 14 de mayo de 2016  
 Hotel Valentin Novo Sancti Petri Centro de Convenciones

## CATEGORÍAS DIAGNÓSTICAS CIE 10 RELACIONADAS CON EL PAI-ADS

- **F32 EPISODIOS DEPRESIVOS**
  - estado de ánimo triste e inhibición
  - perdida de interés y de capacidad de disfrute
  - aumento de la fatigabilidad



SOCIEDAD ANDALUZA DE MEDICINA PSICOSOMÁTICA | CENTRO MÉDICO PSICOSOMÁTICO | SEMERGEN AP | AP ANDALUZ DE ATENCIÓN PRIMARIA

[www.congresoemergenandalucia.com](http://www.congresoemergenandalucia.com) | [info@congresoemergenandalucia.com](mailto:info@congresoemergenandalucia.com)

**110 Congreso Andaluz de Médicos de Atención Primaria SEMERGEN Andalucía**  
 Chiclana (Cádiz) 12, 13 y 14 de mayo de 2016  
 Hotel Valentin Novo Sancti Petri Centro de Convenciones

**• F34 TRASTORNOS DEL HUMOR (afectivos) PERSISTENTES**

**F34.0 Ciclotimia**  
**F34.1 Distimia**  
**F34.8 Otro trastornos del humor (afectivos) persistentes**  
**F34.9 Trastornos del humor (afectivos) persistente sin especificación**



SOCIEDAD ANDALUZA DE MEDICINA PSICOSOMÁTICA  
 CENTRO MEDICO PSICOSOMÁTICO  
 SEMERGEN AP  
 www.congreso-semergenandalucia.com info@congreso-semergenandalucia.com

**110 Congreso Andaluz de Médicos de Atención Primaria SEMERGEN Andalucía**  
 Chiclana (Cádiz) 12, 13 y 14 de mayo de 2016  
 Hotel Valentin Novo Sancti Petri Centro de Convenciones

**F40 TRASTORNOS DE ANSIEDAD FÓBICA**  
**F41 OTROS TRASTORNOS DE ANSIEDAD**

**TRASTORNOS PRIMARIOS DE ANSIEDAD**

Reexperimenta hecho traumático	Miedo a objetos o situaciones	Obsesiones o compulsiones	Ataques súbitos de ansiedad o miedo	Preocupación por todo y múltiples quejas somáticas	Ánimo triste
Considerar TRASTORNO POR ESTRÉS POSTRAUMÁTICO	Considerar TRASTORNOS DE ANSIEDAD FÓBICA	Considerar TRASTORNO OBSESIVO-COMPULSIVO	Considerar TRASTORNO DE ANGSTIA (PÁNICO)	Considerar TRASTORNO DE ANSIEDAD GENERALIZADA	Considerar TRASTORNO MIXTO ANSIOSO-DEPRESIVO

Fuente: Manejo de Pacientes con Trastornos de Ansiedad en Atención Primaria<sup>16</sup>. GPC, SNS 2006/10.20089.

SOCIEDAD ANDALUZA DE MEDICINA PSICOSOMÁTICA  
 CENTRO MEDICO PSICOSOMÁTICO  
 SEMERGEN AP  
 www.congreso-semergenandalucia.com info@congreso-semergenandalucia.com

**110 Congreso Andaluz de Médicos de Atención Primaria SEMERGEN Andalucía**  
 Chiclana (Cádiz) 12, 13 y 14 de mayo de 2016  
 Hotel Valentin Novo Sancti Petri Centro de Convenciones

**• F45 TRASTORNOS SOMATOMORFOS:**

- Presentación reiterada de síntomas somáticos acompañados de demandas persistentes de exploraciones clínicas, a pesar de repetidos resultados negativos de exploraciones clínicas y de continuas garantías de los médicos de que los síntomas no tienen una justificación somática.
- Resistencia al posible origen psicológico.



SOCIEDAD ANDALUZA DE MEDICINA PSICOSOMÁTICA  
 CENTRO MEDICO PSICOSOMÁTICO  
 SEMERGEN AP  
 www.congreso-semergenandalucia.com info@congreso-semergenandalucia.com

**110 Congreso Andaluz de Médicos de Atención Primaria SEMERGEN Andalucía**  
 Chiclana (Cádiz) 12, 13 y 14 de mayo de 2016  
 Hotel Valentin Novo Sancti Petri Centro de Convenciones

**CUESTIONES DIAGNÓSTICAS FUNDAMENTALES PARA LA DEPRESIÓN (KIELHOLZ)**

- ¿Todavía puede sentir alegría?
- ¿Considera difícil tomar decisiones?
- ¿Ha perdido el interés por cosas que antes consideraba importantes?
- ¿Tiene usted más tendencia últimamente a cavilar?
- ¿Percibe un sentimiento de inutilidad de su vida?
- ¿Se siente triste, abatido sin tener un motivo para ello o también nota ansiedad y perplejidad?
- ¿Tiene trastornos del sueño?
- ¿Padece usted dolores o sensaciones anormales en alguna parte de su cuerpo?
- ¿Ha notado menor apetito y ha perdido peso?
- ¿Tiene alguna dificultad en la esfera sexual?

SOCIEDAD ANDALUZA DE MEDICINA PSICOSOMÁTICA  
 CENTRO MEDICO PSICOSOMÁTICO  
 SEMERGEN AP  
 www.congreso-semergenandalucia.com info@congreso-semergenandalucia.com

**110 Congreso Andaluz de Médicos de Atención Primaria SEMERGEN Andalucía**  
 Chiclana (Cádiz) 12, 13 y 14 de mayo de 2016  
 Hotel Valentin Novo Sancti Petri Centro de Convenciones

## PRUEBAS DIAGNOSTICAS COMPLEMENTARIAS ESTÁNDAR PARA LA DEPRESIÓN

- Escala de Evaluación de Hamilton para la Depresión (HRSD)
- Inventario de Depresión de Beck (BDI)
- Escala de Depresión del Inventario de Personalidad Multifásico de Minnesota (MMPI-D)
- Escala de Autoevaluación de la Depresión de Zung (SDS)

SOCIEDAD ANDALUZA DE MEDICINA PSICOSOMÁTICA  
 CENTRO MÉDICO PSICOSOMÁTICO  
 SEMERGEN AP  
 www.congresoemergendalucia.com info@congresoemergendalucia.com

**110 Congreso Andaluz de Médicos de Atención Primaria SEMERGEN Andalucía**  
 Chiclana (Cádiz) 12, 13 y 14 de mayo de 2016  
 Hotel Valentin Novo Sancti Petri Centro de Convenciones

## Escala de Autoevaluación para la Depresión de Zung (SDS)

Por favor lea cada enunciado y decida con qué frecuencia el enunciado describe la forma en que usted se ha sentido en los últimos días.

Por favor marque (✓) la columna adecuada:	Poco tiempo	Algo del tiempo	Una buena parte del tiempo	La mayor parte del tiempo
1. Me siento decaído y triste.				
2. Por la mañana es cuando me siento mejor.				
3. Siento ganas de llorar o llanto en llanto.				
4. Tengo problemas para dormir por la noche.				
5. Como la misma cantidad de siempre.				
6. Todavía disfruto el sexo.				
7. He notado que estoy perdiendo peso.				
8. Tengo problemas de estreñimiento.				
9. Mi corazón late más rápido de lo normal.				
10. Me canso sin razón alguna.				
11. Mi mente está tan clara como siempre.				
12. Me es fácil hacer lo que siempre hacía.				
13. Me siento agitado y no puedo estar quieto.				
14. Siento esperanza en el futuro.				
15. Estoy más irritable de lo normal.				
16. Me es fácil tomar decisiones.				
17. Siento que soy útil y me necesitan.				
18. Mi vida es bastante plena.				
19. Siento que los demás estarían mejor si yo muriera.				
20. Todavía disfruto de las cosas que disfrutaba antes.				

Hay diez preguntas elaboradas de forma positiva, y otras diez, de forma negativa. Cada pregunta se evalúa en una escala de 1-4 El rango de calificación es de 20-80.

- 25-49 rango normal
- 50-59 Ligeramente deprimido
- 60-69 Moderadamente deprimido
- 70 o más, Severamente deprimido

SOCIEDAD ANDALUZA DE MEDICINA PSICOSOMÁTICA  
 CENTRO MÉDICO PSICOSOMÁTICO  
 SEMERGEN AP  
 www.congresoemergendalucia.com info@congresoemergendalucia.com

**110 Congreso Andaluz de Médicos de Atención Primaria SEMERGEN Andalucía**  
 Chiclana (Cádiz) 12, 13 y 14 de mayo de 2016  
 Hotel Valentin Novo Sancti Petri Centro de Convenciones

## • Autorregistros

➤ Autorregistro de variables cognitivas

Fecha	Situación	Emoción	Pensamientos automáticos	Respuesta racional	Resultado
	¿Qué estaba haciendo?	¿Qué sintió? Intensidad de la emoción de 0-100	¿Cuáles eran los pensamientos? Grado de creencia en ellos de 0-100	Anote una respuesta racional a estos pensamientos Grado de creencia en la respuesta racional de 0-100	Revalúe el grado de creencia de pensamientos de 0-100 ¿Cómo se siente ahora de 0-100?

➤ Autorregistros de variables conductuales:

- ✓ Registro de actividades
- ✓ Registro de estado de ánimo

SOCIEDAD ANDALUZA DE MEDICINA PSICOSOMÁTICA  
 CENTRO MÉDICO PSICOSOMÁTICO  
 SEMERGEN AP  
 www.congresoemergendalucia.com info@congresoemergendalucia.com

**110 Congreso Andaluz de Médicos de Atención Primaria SEMERGEN Andalucía**  
 Chiclana (Cádiz) 12, 13 y 14 de mayo de 2016  
 Hotel Valentin Novo Sancti Petri Centro de Convenciones

## CUESTIONES DIAGNÓSTICAS FUNDAMENTALES PARA LA ANSIEDAD:

- ¿Con qué frecuencia se ha sentido nervioso, ansioso o con los “nervios de punta” en las últimas dos semanas?
- ¿Con que frecuencia se ha sentido incapaz de parar o controlar sus preocupaciones en las últimas dos semanas?
- ¿Cómo de estresado ha estado durando la semana pasada en una escala de 0 a 10?

\*\* Se han recomendado las entrevistas estructuradas en un intento de mejorar la fiabilidad diagnóstica.

SOCIEDAD ANDALUZA DE MEDICINA PSICOSOMÁTICA  
 CENTRO MÉDICO PSICOSOMÁTICO  
 SEMERGEN AP  
 www.congresoemergendalucia.com info@congresoemergendalucia.com

**110 Congreso Andaluz de Médicos de Atención Primaria SEMERGEN Andalucía**  
 Chiclana (Cádiz) 12, 13 y 14 de mayo de 2016  
 Hotel Valentin Novo Sancti Petri Centro de Convenciones

## PRUEBAS DIAGNOSTICAS COMPLEMENTARIAS ESTÁNDAR PARA LA ANSIEDAD

- CUESTIONARIO DE ANSIEDAD ESTADO-RASGO (STAI)
- INVENTARIO DE ANSIEDAD DE BECK (BAI)
- ESCALA DE EVALUACIÓN DE HAMILTON DE LA ANSIEDAD (HARS)

SOCIEDAD ANDALUZA DE MEDICINA PSICOSOMÁTICA  
 CENTRO MEDICO PSICOSOMÁTICO

www.congresoemergendalucia.com info@congresoemergendalucia.com

**110 Congreso Andaluz de Médicos de Atención Primaria SEMERGEN Andalucía**  
 Chiclana (Cádiz) 12, 13 y 14 de mayo de 2016  
 Hotel Valentin Novo Sancti Petri Centro de Convenciones

## ESCALA DE EVALUACIÓN DE HAMILTON DE LA ANSIEDAD (HARS)

SÍNTOMAS DE LOS ESTADOS DE ANSIEDAD	Ausente	Leve	Modérando	Grave	Muy grave/ incapacitante
<b>1. Estado de ánimo ansioso.</b> Preocupaciones, anticipación de lo peor, aprensión (anticipación temerosa), irritabilidad.	0	1	2	3	4
<b>2. Tensión.</b> Sensación de tensión, imposibilidad de relajarse, reacciones con sobresalto, llanto fácil, temblores, sensación de inquietud.	0	1	2	3	4
<b>3. Temores.</b> A la oscuridad, a los desconocidos, a quedarse solo, a los animales grandes, al tráfico, a las multitudes.	0	1	2	3	4
<b>4. Insomnio.</b> Dificultad para dormirse, sueño interrumpido, sueño insatisfactorio y cansancio al despertar.	0	1	2	3	4
<b>5. Intelectual (cognitivo).</b> Dificultad para concentrarse, mala memoria.	0	1	2	3	4
<b>6. Estado de ánimo deprimido.</b> Pérdida de interés, insatisfacción en las diversiones, depresión, despertar prematuro, cambios de humor durante el día.	0	1	2	3	4

SOCIEDAD ANDALUZA DE MEDICINA PSICOSOMÁTICA

www.congresoemergendalucia.com info@congresoemergendalucia.com

**110 Congreso Andaluz de Médicos de Atención Primaria SEMERGEN Andalucía**  
 Chiclana (Cádiz) 12, 13 y 14 de mayo de 2016  
 Hotel Valentin Novo Sancti Petri Centro de Convenciones

<b>7. Síntomas somáticos generales (musculares).</b> Dolores y molestias musculares, rigidez muscular, contracciones musculares, sacudidas clónicas, crujir de dientes, voz temblorosa.	0	1	2	3	4
<b>8. Síntomas somáticos generales (sensoriales).</b> Zumbidos de oídos, visión borrosa, sofocos y escalofríos, sensación de debilidad, sensación de hormigueo.	0	1	2	3	4
<b>9. Síntomas cardiovasculares.</b> Taquicardia, palpitaciones, dolor en el pecho, latidos vasculares, sensación de desmayo, extrasístole.	0	1	2	3	4
<b>10. Síntomas respiratorios.</b> Opresión o constricción en el pecho, sensación de ahogo, suspiros, disnea.	0	1	2	3	4
<b>11. Síntomas gastrointestinales.</b> Dificultad para tragar, gases, dispepsia: dolor antes y después de comer, sensación de ardor, sensación de estómago lleno, vómitos acuosos, vómitos, sensación de estómago vacío, digestión lenta, borborigmos (ruido intestinal), diarrea, pérdida de peso, estreñimiento.	0	1	2	3	4
<b>12. Síntomas genitourinarios.</b> Micción frecuente, micción urgente, amenorrea, menorragia, aparición de la frigidez, eyaculación precoz, ausencia de erección, impotencia.	0	1	2	3	4

SOCIEDAD ANDALUZA DE MEDICINA PSICOSOMÁTICA

www.congresoemergendalucia.com info@congresoemergendalucia.com

**110 Congreso Andaluz de Médicos de Atención Primaria SEMERGEN Andalucía**  
 Chiclana (Cádiz) 12, 13 y 14 de mayo de 2016  
 Hotel Valentin Novo Sancti Petri Centro de Convenciones

<b>13. Síntomas autónomos.</b> Boca seca, rubor, palidez, tendencia a sudar, vértigos, cefaleas de tensión, piloerección (pelos de punta).	0	1	2	3	4
<b>14. Comportamiento en la entrevista (general y fisiológico).</b> Tenso, no relajado, agitación nerviosa: manos, dedos cogidos, apretados, tics, enrollar un pañuelo; inquietud; pasearse de un lado a otro, temblor de manos, ceño fruncido, cara tirante, aumento del tono muscular, suspiros, palidez facial. Tragar saliva, eructar, taquicardia de reposo, frecuencia respiratoria por encima de 20 res/min, sacudidas enérgicas de tendones, temblor, pupilas dilatadas, exoftalmos (proyección anormal del globo del ojo), sudor, tics en los párpados.	0	1	2	3	4

Disponible en formato para uso clínico en página Web SAS: Espacio compartido: Gestión asistencial\_ Estrategia de Cuidados de Andalucía\_ Documentos de apoyo

Ansiedad psíquica (ítems 1, 2, 3, 4, 5, 6 y 14)	
Ansiedad somática (ítems 7, 8, 9, 10, 11, 12 y 13)	
<b>PUNTUACIÓN TOTAL</b>	

SOCIEDAD ANDALUZA DE MEDICINA PSICOSOMÁTICA

www.congresoemergendalucia.com info@congresoemergendalucia.com

**110 Congreso Andaluz de Médicos de Atención Primaria SEMERGEN Andalucía**  
 Chiclana (Cádiz) 12, 13 y 14 de mayo de 2016  
 Hotel Valentin Novo Sancti Petri Centro de Convenciones

**• Autorregistros**

➤ Autorregistro de preocupaciones

Día y hora	Situación	Preocupación	Emociones y cambios fisiológicos	Conducta	Consecuencias	Intensidad ansiedad (0-10)

SOCIEDAD ANDALUZA DE MEDICINA PSICOSOMÁTICA  
 CENTRO MEDICO PSICOSOMÁTICO  
 SEMERGEN AP  
 www.congreso-semergenandalucia.com info@congreso-semergenandalucia.com

**110 Congreso Andaluz de Médicos de Atención Primaria SEMERGEN Andalucía**  
 Chiclana (Cádiz) 12, 13 y 14 de mayo de 2016  
 Hotel Valentin Novo Sancti Petri Centro de Convenciones

**CUESTIONES DIAGNÓSTICAS FUNDAMENTALES PARA LOS SÍNTOMAS SOMÁTICOS**

- Acontecimientos estresantes
- Anamnesis de los síntomas por enfermedad actual
- Esfera psicosocial: "¿qué tal está de ánimo?" "¿cómo le van las cosas?" "¿lo relaciona con algún problema concreto o acontecimiento vital?" "¿cómo afecta todo esto en su trabajo, familia, pareja...?"
- Posible comorbilidad psiquiátrica
- Exploración física
- Exploraciones complementarias: es aconsejable realizar las mínimas necesarias.

SOCIEDAD ANDALUZA DE MEDICINA PSICOSOMÁTICA  
 CENTRO MEDICO PSICOSOMÁTICO  
 SEMERGEN AP  
 www.congreso-semergenandalucia.com info@congreso-semergenandalucia.com

**110 Congreso Andaluz de Médicos de Atención Primaria SEMERGEN Andalucía**  
 Chiclana (Cádiz) 12, 13 y 14 de mayo de 2016  
 Hotel Valentin Novo Sancti Petri Centro de Convenciones

**PRUEBAS DIAGNOSTICAS COMPLEMENTARIAS ESTÁNDAR PARA LOS SÍNTOMAS SOMÁTICOS**

- Listado de Síntomas Breve (LSB-50)
- Cuestionario de Salud del Paciente (PHQ-15)
- Cuestionario de Sensaciones Corporales



SOCIEDAD ANDALUZA DE MEDICINA PSICOSOMÁTICA  
 CENTRO MEDICO PSICOSOMÁTICO  
 SEMERGEN AP  
 www.congreso-semergenandalucia.com info@congreso-semergenandalucia.com

**110 Congreso Andaluz de Médicos de Atención Primaria SEMERGEN Andalucía**  
 Chiclana (Cádiz) 12, 13 y 14 de mayo de 2016  
 Hotel Valentin Novo Sancti Petri Centro de Convenciones

**CUESTIONARIO DE SALUD DEL PACIENTE PHQ-15**  
 Kroenke et al. (2002). Versión al español de Ros-Montalbán et al. (2010)

Durante las 4 últimas semanas,  
 ¿Hasta qué punto le HAN MOLESTADO cada uno de los siguientes problemas?

	Nada	Un poco	Mucho
a - Dolor de estómago.....	1	2	3
b - Dolor de espalda.....	1	2	3
c - Dolor en sus brazos, piernas o articulaciones (rodillas, caderas, etc.).....	1	2	3
d - Dolores menstruales u otras molestias asociadas a la menstruación (sólo mujeres).....	1	2	3
e - Dolores de cabeza.....	1	2	3
f - Dolor torácico (zona del pecho).....	1	2	3
g - Mareos.....	1	2	3
h - Desmayos.....	1	2	3
i - Palpitaciones o sentir el corazón acelerado.....	1	2	3
j - Falta de respiración.....	1	2	3
k - Dolor o problemas durante sus relaciones sexuales.....	1	2	3
l - Estreñimiento, ir suelto de vientre o diarrea.....	1	2	3
m - Náuseas, gases o indigestión.....	1	2	3
n - Sentirse cansado o con pocas energías.....	1	2	3
o - Problemas de sueño.....	1	2	3

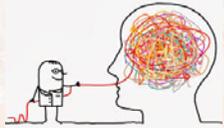
Significativo >4

SOCIEDAD ANDALUZA DE MEDICINA PSICOSOMÁTICA  
 CENTRO MEDICO PSICOSOMÁTICO  
 SEMERGEN AP  
 www.congreso-semergenandalucia.com info@congreso-semergenandalucia.com

**110 Congreso Andaluz de Médicos de Atención Primaria SEMERGEN Andalucía**  
 Chiclana (Cádiz) 12, 13 y 14 de mayo de 2016  
 Hotel Valentin Novo Sancti Petri Centro de Convenciones

## II. PSICOTERAPIAS

1. PSICOTERAPIA PSICOANALÍTICA
2. TERAPIA CONDUCTUAL
3. TERAPIA HUMANISTA
4. TERAPIAS SISTÉMICAS



SOCIEDAD ANDALUZA DE MEDICINA PSICOSOMÁTICA  
 CENTRO MÉDICO PSICOSOMÁTICO

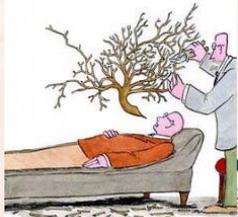
SEMERGEN AP  
 ASOCIACIÓN DE PSICÓLOGOS ANDALUZA

www.congresoemergendalucia.com info@congresoemergendalucia.com

**110 Congreso Andaluz de Médicos de Atención Primaria SEMERGEN Andalucía**  
 Chiclana (Cádiz) 12, 13 y 14 de mayo de 2016  
 Hotel Valentin Novo Sancti Petri Centro de Convenciones

## 1. PSICOTERAPIA PSICOANALÍTICA

**Sigmund Freud** dividió la actividad mental en consciente e inconsciente, tomando como consciente al contenido al que somos capaces de acceder de manera intencionada y el inconsciente formado por todo aquello que hemos reprimido, inhibido, no asumido, o no podemos acceder de manera voluntaria.



SOCIEDAD ANDALUZA DE MEDICINA PSICOSOMÁTICA  
 CENTRO MÉDICO PSICOSOMÁTICO

SEMERGEN AP  
 ASOCIACIÓN DE PSICÓLOGOS ANDALUZA

www.congresoemergendalucia.com info@congresoemergendalucia.com

**110 Congreso Andaluz de Médicos de Atención Primaria SEMERGEN Andalucía**  
 Chiclana (Cádiz) 12, 13 y 14 de mayo de 2016  
 Hotel Valentin Novo Sancti Petri Centro de Convenciones

## 2. TERAPIA CONDUCTUAL

- a. Terapia de relajación
- b. Desensibilización Sistemática
- c. Inundación e Implosión
- d. Métodos operantes
- e. Métodos cognitivos
- f. Entrenamiento en habilidades sociales

a. Biorretroalimentación



SOCIEDAD ANDALUZA DE MEDICINA PSICOSOMÁTICA  
 CENTRO MÉDICO PSICOSOMÁTICO

SEMERGEN AP  
 ASOCIACIÓN DE PSICÓLOGOS ANDALUZA

www.congresoemergendalucia.com info@congresoemergendalucia.com

**110 Congreso Andaluz de Médicos de Atención Primaria SEMERGEN Andalucía**  
 Chiclana (Cádiz) 12, 13 y 14 de mayo de 2016  
 Hotel Valentin Novo Sancti Petri Centro de Convenciones

## e. Métodos cognitivos

- i. *Terapia racional-emotiva (Ellis)*
- ii. *Reestructuración cognitiva (Beck)*
- iii. *Entrenamiento para la resolución de problemas (D'Zurilla/Goldfried)*



SOCIEDAD ANDALUZA DE MEDICINA PSICOSOMÁTICA  
 CENTRO MÉDICO PSICOSOMÁTICO

SEMERGEN AP  
 ASOCIACIÓN DE PSICÓLOGOS ANDALUZA

www.congresoemergendalucia.com info@congresoemergendalucia.com

**110 Congreso Andaluz de Médicos de Atención Primaria SEMERGEN Andalucía** Chiclana (Cádiz) 12, 13 y 14 de mayo de 2016  
Hotel Valentin Novo Sancti Petri Centro de Convenciones

### 3. TERAPIA HUMANISTA

- a. Psicología del ser de Abraham Maslow
- b. Terapia Gestalt de Fritz Perls
- c. Logoterapia de Victor Frankl
- d. Psicoterapia física de Alexander Lowen



- a. Psicodrama y la **Psicoterapia de grupo** por Jacob Moreno

SOCIEDAD ANDALUZA DE MEDICINA PSICOSOMÁTICA  
CENTRO MÉDICO PSICOSOMÁTICO

www.congreso-semergenandalucia.com info@congreso-semergenandalucia.com

**110 Congreso Andaluz de Médicos de Atención Primaria SEMERGEN Andalucía** Chiclana (Cádiz) 12, 13 y 14 de mayo de 2016  
Hotel Valentin Novo Sancti Petri Centro de Convenciones

### 4. TERAPIAS SISTÉMICAS

- La terapia sistémica considera los trastornos mentales como una manifestación del sistema en el cual está inmerso el paciente (sobre todo la familia).
  - Terapia individual
  - Terapia de pareja
  - Terapia familiar



SOCIEDAD ANDALUZA DE MEDICINA PSICOSOMÁTICA  
CENTRO MÉDICO PSICOSOMÁTICO

www.congreso-semergenandalucia.com info@congreso-semergenandalucia.com

**110 Congreso Andaluz de Médicos de Atención Primaria SEMERGEN Andalucía** Chiclana (Cádiz) 12, 13 y 14 de mayo de 2016  
Hotel Valentin Novo Sancti Petri Centro de Convenciones

### RECOMENDACIONES DE INTERVENCIÓN EN AP

- Grupos Gruse
- Biblioterapia
- Consejos sobre estilo de vida
  - Higiene del sueño
  - Alimentación
  - Ejercicio físico
- Escucha activa y empática
- Técnicas de relajación



SOCIEDAD ANDALUZA DE MEDICINA PSICOSOMÁTICA  
CENTRO MÉDICO PSICOSOMÁTICO

www.congreso-semergenandalucia.com info@congreso-semergenandalucia.com

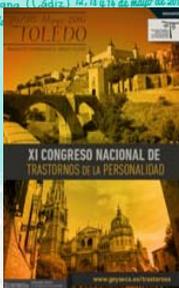
**110 Congreso Andaluz de Médicos de Atención Primaria SEMERGEN Andalucía** Chiclana (Cádiz) 12, 13 y 14 de mayo de 2016  
Hotel Valentin Novo Sancti Petri Centro de Convenciones

### III. RECURSOS

- XI CONGRESO NACIONAL SOBRE TRASTORNOS DE LA PERSONALIDAD
- 3RD INTERNATIONAL MEETING ON MINDFULNESS

Lugar: Zaragoza  
Fecha: 8 a 11 de Junio de 2016.

Más información en: <http://meetingmindfulness.com/>



SOCIEDAD ANDALUZA DE MEDICINA PSICOSOMÁTICA  
CENTRO MÉDICO PSICOSOMÁTICO

www.congreso-semergenandalucia.com info@congreso-semergenandalucia.com



**110 Congreso Andaluz de Médicos de Atención Primaria SEMERGEN Andalucía** Chiclana (Cádiz) 12, 13 y 14 de mayo de 2016  
 Hotel Valentin Novo Sancti Petri Centro de Convenciones

## 1) Técnicas de Visualización

SOCIEDAD ANDALUZA DE MEDICINA PSICOSOMÁTICA  
 CENTRO MÉDICO PSICOSOMÁTICO

SEMERGEN AP  
 AP Congreso  
 Cádiz, España  
 Tel: 952 200 000  
 Fax: 952 200 000  
 www.semergen.es

www.congreso-semergenandalucia.com info@congreso-semergenandalucia.com

**110 Congreso Andaluz de Médicos de Atención Primaria SEMERGEN Andalucía** Chiclana (Cádiz) 12, 13 y 14 de mayo de 2016  
 Hotel Valentin Novo Sancti Petri Centro de Convenciones

## Características

- La **persuasión dirigida hacia sí mismo** es una de las técnicas más efectivas para mejorar nuestra eficacia en algo que requiere de nuestras mejores destrezas
- Nuestra **mente inconsciente** no es hábil para **distinguir la realidad de la imaginación**. Todo lo que imaginas vívidamente, la mente inconsciente lo considera como algo real. Para una parte de nuestra mente, **es lo mismo pensar que hacer**
- Si la visualización es lo suficientemente persuasiva, tu mente procederá con base en esa visualización. Es el **verdadero poder de la mente humana**

SOCIEDAD ANDALUZA DE MEDICINA PSICOSOMÁTICA  
 CENTRO MÉDICO PSICOSOMÁTICO

SEMERGEN AP  
 AP Congreso  
 Cádiz, España  
 Tel: 952 200 000  
 Fax: 952 200 000  
 www.semergen.es

www.congreso-semergenandalucia.com info@congreso-semergenandalucia.com

**110 Congreso Andaluz de Médicos de Atención Primaria SEMERGEN Andalucía** Chiclana (Cádiz) 12, 13 y 14 de mayo de 2016  
 Hotel Valentin Novo Sancti Petri Centro de Convenciones

## Características (c)

- Para que la **"auto-persuasión"** sea efectiva, los **detalles de las imágenes** deben ser los más **completos** posibles.
- Fortalecer el cuadro visual involucrando la **mayor cantidad y diversidad de información posible: visual, auditiva y kinestésica**
- **No es aconsejable visualizar el resultado sin el proceso**. No permite simular una experiencia completa. Tienes que visualizar tu objetivo pero también el camino que recorres para llegar hasta él.

SOCIEDAD ANDALUZA DE MEDICINA PSICOSOMÁTICA  
 CENTRO MÉDICO PSICOSOMÁTICO

SEMERGEN AP  
 AP Congreso  
 Cádiz, España  
 Tel: 952 200 000  
 Fax: 952 200 000  
 www.semergen.es

www.congreso-semergenandalucia.com info@congreso-semergenandalucia.com

**110 Congreso Andaluz de Médicos de Atención Primaria SEMERGEN Andalucía** Chiclana (Cádiz) 12, 13 y 14 de mayo de 2016  
 Hotel Valentin Novo Sancti Petri Centro de Convenciones

## Ejercicio de Visualización Mental "para ganar confianza"



SOCIEDAD ANDALUZA DE MEDICINA PSICOSOMÁTICA  
 CENTRO MÉDICO PSICOSOMÁTICO

SEMERGEN AP  
 AP Congreso  
 Cádiz, España  
 Tel: 952 200 000  
 Fax: 952 200 000  
 www.semergen.es

www.congreso-semergenandalucia.com info@congreso-semergenandalucia.com

**110 Congreso Andaluz de Médicos de Atención Primaria SEMERGEN Andalucía** Chiclana (Cádiz) 12, 13 y 14 de mayo de 2016  
Hotel Valentin Novo Sancti Petri Centro de Convenciones

## 2) Relajación Progressiva de Jacobson

SOCIEDAD ANDALUZA DE MEDICINA PSICOSOMÁTICA CENTRO MÉDICO PSICOSOMÁTICO SEMERGEN AP AP congresos

www.congreso-semergenandalucia.com info@congreso-semergenandalucia.com

**110 Congreso Andaluz de Médicos de Atención Primaria SEMERGEN Andalucía** Chiclana (Cádiz) 12, 13 y 14 de mayo de 2016  
Hotel Valentin Novo Sancti Petri Centro de Convenciones

## Características

- Método de carácter fisiológico, orientado hacia el reposo
- Útil en los trastornos en los que es necesario un reposo muscular intenso
- Establecer un control voluntario de la tensión-distensión profundo
- Permite reconocer la unión íntima entre tensión muscular y estado mental tenso
- Se van alcanzando estados de dominio y relajación de forma gradual, cada vez más intensos, más eficaces
- No es un método breve, ni sus efectos lo son tampoco.

SOCIEDAD ANDALUZA DE MEDICINA PSICOSOMÁTICA CENTRO MÉDICO PSICOSOMÁTICO SEMERGEN AP AP congresos

www.congreso-semergenandalucia.com info@congreso-semergenandalucia.com

**110 Congreso Andaluz de Médicos de Atención Primaria SEMERGEN Andalucía** Chiclana (Cádiz) 12, 13 y 14 de mayo de 2016  
Hotel Valentin Novo Sancti Petri Centro de Convenciones

## Características (c)

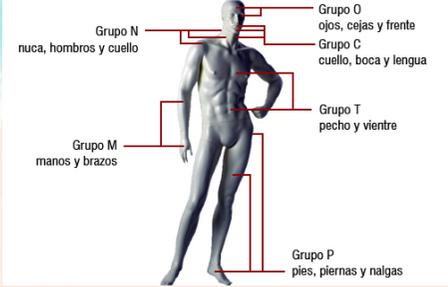
- **Objetivo:** disminuir los estados de ansiedad generalizados, relajar la tensión muscular, facilitar la conciliación del sueño
- Este método tiene tres fases:
  1. La primera fase se denomina de **tensión-relajación**
  2. La segunda fase consiste en **revisar mentalmente los grupos de músculos**, comprobando que se han relajado al máximo.
  3. La tercera fase se denomina **relajación mental**
- Estas tres fases pueden durar **entre 10 y 15 minutos**. No se debe tener prisa.
- Esta técnica se puede **repetir varias veces al día**.

SOCIEDAD ANDALUZA DE MEDICINA PSICOSOMÁTICA CENTRO MÉDICO PSICOSOMÁTICO SEMERGEN AP AP congresos

www.congreso-semergenandalucia.com info@congreso-semergenandalucia.com

**110 Congreso Andaluz de Médicos de Atención Primaria SEMERGEN Andalucía** Chiclana (Cádiz) 12, 13 y 14 de mayo de 2016  
Hotel Valentin Novo Sancti Petri Centro de Convenciones

## Práctica en Relajación Progressiva



SOCIEDAD ANDALUZA DE MEDICINA PSICOSOMÁTICA CENTRO MÉDICO PSICOSOMÁTICO SEMERGEN AP AP congresos

www.congreso-semergenandalucia.com info@congreso-semergenandalucia.com

110 Congreso Andaluz de Médicos de Atención Primaria SEMERGEN Andalucía

Chiclana (Cádiz) 12, 13 y 14 de mayo de 2016  
Hotel Valentin Novo Sancti Petri Centro de Convenciones

## 3) Entrenamiento Autógeno

SOCIEDAD ANDALUZA DE MEDICINA PSICOSOMÁTICA

CENTRO MÉDICO PSICOSOMÁTICO

SEMERGEN AP

www.congreso-semergenandalucia.com info@congreso-semergenandalucia.com

110 Congreso Andaluz de Médicos de Atención Primaria SEMERGEN Andalucía

Chiclana (Cádiz) 12, 13 y 14 de mayo de 2016  
Hotel Valentin Novo Sancti Petri Centro de Convenciones

## Características

- Tratamiento psicológico de **orientación psicofisiológica**
- Activa procesos naturales de **autorregulación**
- Facilita la **autopercepción** y **conciencia de sí mismo**
- Indicado principalmente en **trastornos psicósomáticos** y de **ansiedad** y **síndromes de estrés**.

SOCIEDAD ANDALUZA DE MEDICINA PSICOSOMÁTICA

CENTRO MÉDICO PSICOSOMÁTICO

SEMERGEN AP

www.congreso-semergenandalucia.com info@congreso-semergenandalucia.com

110 Congreso Andaluz de Médicos de Atención Primaria SEMERGEN Andalucía

Chiclana (Cádiz) 12, 13 y 14 de mayo de 2016  
Hotel Valentin Novo Sancti Petri Centro de Convenciones

## Características (c)

- **Tres fundamentos** del Entrenamiento Autógeno:
  - a) Mediante **concentración específica** se autogenera un **estado especial de conciencia**
  - b) Funciones naturales de **autorregulación prohomeostática**
  - c) La eficacia terapéutica depende de la **inducción regular y repetida** durante un período de tiempo
- Compuesto por **6 ejercicios básicos**

SOCIEDAD ANDALUZA DE MEDICINA PSICOSOMÁTICA

CENTRO MÉDICO PSICOSOMÁTICO

SEMERGEN AP

www.congreso-semergenandalucia.com info@congreso-semergenandalucia.com

110 Congreso Andaluz de Médicos de Atención Primaria SEMERGEN Andalucía

Chiclana (Cádiz) 12, 13 y 14 de mayo de 2016  
Hotel Valentin Novo Sancti Petri Centro de Convenciones

## Práctica con peso y calor



SOCIEDAD ANDALUZA DE MEDICINA PSICOSOMÁTICA

CENTRO MÉDICO PSICOSOMÁTICO

SEMERGEN AP

www.congreso-semergenandalucia.com info@congreso-semergenandalucia.com

**11º Congreso Andaluz de Médicos de Atención Primaria SEMERGEN Andalucía** Chiclana (Cádiz) 19, 20 y 21 de mayo de 2016  
Hotel Valentin Novo Santi Petri Centro de Convenciones

# MUCHAS GRACIAS

Manuel Álvarez Romero. Médico Internista  
[malvarez@psicosomatica.net](mailto:malvarez@psicosomatica.net)

Esther Rodríguez Díaz. Psicóloga Sanitaria.  
[esther.sev@gmail.com](mailto:esther.sev@gmail.com)

Ana Moreno Gómez. Psicóloga Sanitaria.  
[ana.morenogomez@yahoo.es](mailto:ana.morenogomez@yahoo.es)

SOCIEDAD ANDALUZA DE MEDICINA PSICOSOMÁTICA  
CENTRO MEDICO PSICOSOMATICO

SEMERGEN AP  
Sociedad Española de Médicos de Atención Primaria

www.congresosemergenandalucia.com info@congresosemergenandalucia.com