

Formación en Psicogastroenterología

Programa



Objetivos de la Formación

1. **Explorar en profundidad los trastornos funcionales del tubo digestivo**, concentrándonos en el síndrome de intestino irritable (SII) y la dispepsia funcional, con vistas a comprender su etiología, patofisiología y su impacto en la calidad de vida de los pacientes.
2. **Desarrollar competencias diagnósticas** que permitan realizar una evaluación clínica efectiva y aplicar un enfoque terapéutico multidisciplinario e integral, que considere tanto las intervenciones médicas como las psicológicas.
3. **Identificar recursos y estrategias** que faciliten un abordaje holístico del paciente, integrando aspectos médicos, nutricionales y psicológicos para optimizar el manejo de los trastornos digestivos funcionales y motores.
4. **Instruir en el uso de tratamientos psicológicos eficaces**, explicando cómo pueden complementarse y potenciar el tratamiento médico, incluyendo técnicas de afrontamiento y intervenciones específicas.
5. **Capacitar a psicólogos y otros profesionales de la salud** para que comprendan los aspectos psicológicos relacionados con los trastornos gastrointestinales, dotándolos de herramientas prácticas y teóricas para una mejor intervención en la práctica clínica.

Temario

Módulo 1: Perspectiva Médica de los Trastornos Gastrointestinales Funcionales (TGIF)

Dra. Laura Solé, Centro de Motilidad Digestiva (CMD)

- **Introducción al tema:** Contextualización de los trastornos gastrointestinales funcionales en la población actual, incluyendo prevalencia, impacto social y económico.
- **Epidemiología y pronóstico:** Análisis de datos epidemiológicos sobre SII y dispepsia funcional, pronóstico a largo plazo y consideraciones en el diagnóstico.
- **Descripción clínica:** Caracterización detallada de SII y dispepsia funcional, con énfasis en sus manifestaciones clínicas y diferenciación entre ambos.
- **Síntomas relevantes:** Evaluación de síntomas como diarrea, constipación, dolor abdominal y otros signos de alarma que deben considerarse en el diagnóstico diferencial.

- **Bases fisiológicas y fisiopatológicas:** Análisis del funcionamiento normal del sistema digestivo y cómo las alteraciones en estos procesos contribuyen a los trastornos funcionales.
- **Trabajo en equipo:** Estrategias de colaboración y comunicación entre profesionales de salud para asegurar un diagnóstico y tratamiento efectivos.
- **Tratamiento farmacológico:** Revisión de las opciones terapéuticas para el manejo de SII, incluyendo antiespasmódicos, antidepresivos y otros fármacos. Discusión sobre indicaciones, efectos secundarios, y consideraciones para la selección de pacientes.
- **Aspecto nutricional:** Análisis de la importancia de la nutrición en el manejo de trastornos gastrointestinales, incluyendo dietas específicas y cambios de estilo de vida.
- **Psicofarmacología:** Abordaje de la utilización de psicofármacos para el tratamiento de síndromes sensitivos somáticos, así como consideraciones sobre su efectividad y seguridad.

Módulo 2: Psicogastroenterología y Psicología de la Salud

Lic. Silvia Bernstein

- **Tratamiento Cognitivo-Conductual:** Introducción a los principios del enfoque cognitivo-conductual y su aplicación en el tratamiento de trastornos gastrointestinales, haciendo hincapié en la modificación de pensamientos disfuncionales.
- **Características del paciente:** Identificación de las particularidades del “paciente de la bolsita”, que incluye hábitos, creencias y comportamientos comunes asociados a los trastornos funcionales.
- **Psicoeducación:** Importancia de proporcionar información a los pacientes sobre su condición, sus síntomas y su manejo, así como estrategias para empoderarlos en el proceso de tratamiento.
- **Emociones y comorbilidades:** Discusión acerca del papel de las emociones (como la vergüenza y el enojo) en la exacerbación de síntomas, y la exploración de comorbilidades como ansiedad, agorafobia y trastornos del estado de ánimo. Se incluyen cuestionarios para evaluar escalas psicopatológicas.
- **Impacto del trauma:** Reflexión sobre cómo el trauma temprano, incluidos abusos, puede contribuir a la aparición y persistencia de síntomas gastrointestinales.
- **Manejo del dolor y el sufrimiento:** Enfoques para ayudar a los pacientes a manejar el dolor y el sufrimiento asociado a estos trastornos.
- **Técnicas de autodomínio:** Capacitación en técnicas como control respiratorio consciente, meditación, visualización curativa y diversas técnicas de relajación (por ejemplo, relajación muscular progresiva y autógena).
- **Abordaje psicológico:** Lineamientos para un tratamiento efectivo, incluyendo áreas de intervención y eficacia de distintos enfoques terapéuticos.
- **Estrategias de afrontamiento:** Consejos prácticos para el manejo del SII y desarrollo de un tratamiento grupal y protocolo de manualización.
- **Intervenciones innovadoras:** Introducción a la hipnoterapia y terapias como ACT y DBT, así como su relevancia en el tratamiento de trastornos gastrointestinales. Prácticas de mindfulness y desarrollo de habilidades para mejorar las relaciones interpersonales, la regulación emocional y la tolerancia a la frustración.

Módulo 3: Disbiosis Intestinal y Microbioma

- **Concepto de disbiosis:** Definición y comprensión del sobrecrecimiento bacteriano en el intestino y su relación con los trastornos gastrointestinales.
- **Test del aire espirado (TAE):** Explicación del procedimiento diagnósticos y su utilidad en la detección de disbiosis y otras condiciones gastrointestinales.
- **Tratamiento específico:** Estrategias y opciones para abordar específicamente el sobrecrecimiento bacteriano y su restauración.

Módulo 4: Nutrición y Estrategias Dietéticas

Lic. Maia Espejo

- **Análisis comparativo:** Evaluación detallada de las dietas FODMAP vs. dietas hipofermentativas, incluyendo criterios para la elección adecuada de una dieta según el perfil del paciente y sus síntomas.

Módulo 5: Medicación Psiquiátrica y Trastornos Comórbidos

Dra. Mariana Fontao

Psicotrópicos en práctica clínica: Discusión sobre las opciones de medicación psiquiátrica disponibles para pacientes con trastornos moderados y severos que presentan comorbilidad con trastornos de ansiedad y depresión, abordando enfoques de tratamiento integrados.