

## DISEÑOS Y ELABORACIÓN DE PROGRAMAS PASO A PASO

En estos programas se llevará a cabo (y como tarea permanente) un diseño de programas de tratamiento cognitivo-conductuales (PTCC) tanto en prevención primaria como en promoción y educación para la salud, empleando los recursos bibliográficos científicos. Este diseño consistirá en elaborar:

1. Un marco teórico referido a la población que se desea intervenir
2. Estudio epidemiológico de la comunidad donde se va a intervenir
3. Personas a las que va dirigido el programa:
  - a. Selección del perfil de las personas que se incluyen en el programa
  - b. Selección del perfil de las personas que se excluyen en el programa
4. Estrategias de evaluación pre y postratamiento: entrevistas, autoregistros y autoinformes
  - a. Análisis funcional de la o las conductas problema.
5. Objetivos, tanto generales como específicos, del PTCC.
6. Profesionales con los se establecerá una relación multidisciplinar.
7. Forma de intervención, si grupal o individual
  - a. Número de sesiones: 18:
    - i. 3 sesiones de ENTREVISTA DE MOTIVACIÓN O MODELO TRANSTEORÉTICO.
    - ii. 12 Sesiones del programa cognitivo-conductual específico para cada población.
    - iii. 3 Sesiones de UN PROGRAMA DE MANTENIMIENTO.
8. Descripción de los procedimientos de tratamiento cognitivo-conductual sesión a sesión.
9. Principales resultados que se podrían esperar de la intervención anterior.
10. Conclusión
11. Discusión
12. Reflexión y valoración sobre el programa
13. Bibliografía



PROGRAMA 1: PROMOCIÓN E IMPLANTACIÓN DE HÁBITOS DE HIGIENE BUCODENTAL EN NIÑOS Y ADOLESCENTES		
NOMBRE Y APELLIDOS (al menos 4 personas)	e. mail	Tfno. móvil
ENTREVISTA DE MOTIVACIÓN Y PSICOEDUCACIÓN 3 SESIONES	SESIONES DE TERAPIA COGNITIVO CONDUCTUAL 12	PROGRAMA DE MANTENIMIENTO 3 SESIONES

**BIBLIOGRAFÍA**

FERNÁNDEZ PARRA, A. y GIL ROALES-NIETO, J. (1994) *Odontología conductual*. Barcelona: Martínez Roca.

FERNÁNDEZ C. y SECADES, R (1993), Programa para la implantación de hábitos de higiene bucodental. En D. Maciá, F.X. Méndez y J. Olivares (Eds.), *Intervención conductual en contextos comunitarios I*. Madrid: Pirámide.

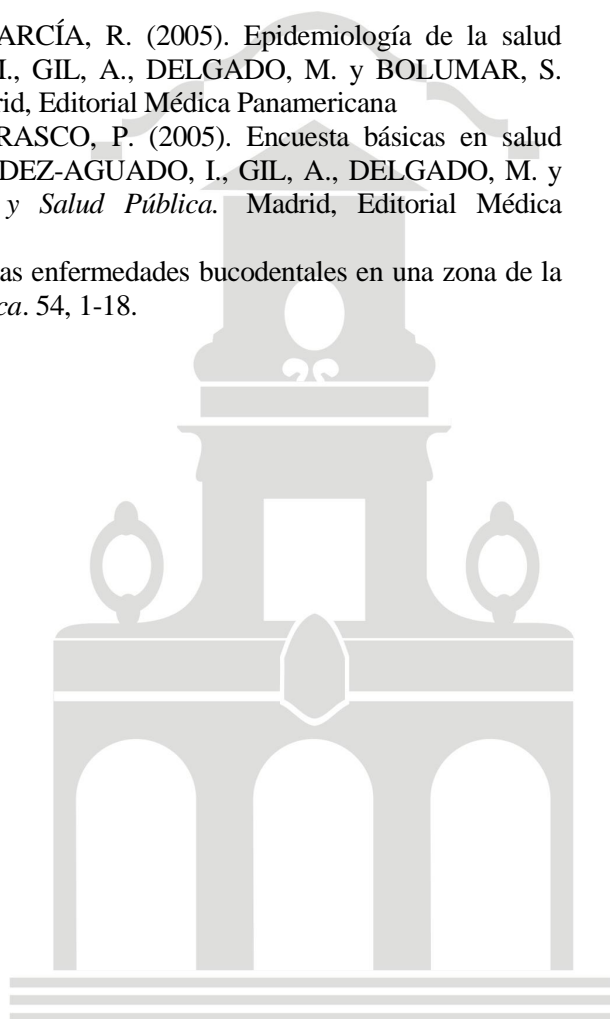
FERNÁNDEZ , C. y del COZ, B. (1990). Investigación conductual en odontología preventiva : Efectos de la educación, feedback y manejo de contingencias para manejar hábitos de higiene bucodental. *Revista Española de Terapia del Comportamiento*, 8, 109-122.

MADRID, B., SÁNCHEZ-BALMISA, C. y FROJÁN, M.X. (2004). Intervención conductual en salud bucodental: estudio preliminar de los efectos de implantación de un programa educativo en la escuela. *Análisis y Modificación de Conducta*, 30, 51-70.

TAPIAS, M.A., CARRASCO, P. y JIMÉNEZ GARCÍA, R. (2005). Epidemiología de la salud bucodental en España. En HERNÁNDEZ-AGUADO, I., GIL, A., DELGADO, M. y BOLUMAR, S. (2005). *Manual de Epidemiología y Salud Pública*. Madrid, Editorial Médica Panamericana

TAPIAS, M.A., JIMÉNEZ GARCÍA, R. y CARRASCO, P. (2005). Encuesta básicas en salud bucodental: medición de la caries dental. En HERNÁNDEZ-AGUADO, I., GIL, A., DELGADO, M. y BOLUMAR, S. (2005). *Manual de Epidemiología y Salud Pública*. Madrid, Editorial Médica Panamericana

RIOBOO, R. (1980) : Estudios epidemiológicos de las enfermedades bucodentales en una zona de la provincia de Madrid. *Revista de Sanidad e Higiene Pública*. 54, 1-18.



PROGRAMA 2: PROMOCIÓN DEL EJERCICIO FÍSICO Y LA ACTIVIDAD Y OTROS HÁBITOS DE VIDA SALUDABLES			
NOMBRE Y APELLIDOS (al menos 4 personas)	e. mail	Tfno. móvil	
MODELO TRANSTEORÉTICO Y PSI COEDUCACIÓN 3 SESIONES	SESIONES DE TERAPIA COGNITIVO CONDUCTUAL 12	PROGRAMA DE MANTENIMIENTO SESIONES	DE 3

#### BIBLIOGRAFÍA

- BRANNON, L. y FEIST, J. (2001). *Psicología de la Salud*. Madrid, Paraninfo. Cap. 16.
- BUCETA, J.M. (1994). La intervención psicológica para la optimización del rendimiento deportivo. En Gil, J. y Delgado, M.A. (comps.), *Psicología y pedagogía de la actividad física y el deporte*. Madrid, Siglo XXI.
- BUCETA, J.M., GUTIÉRREZ, F., CASTEJÓN, J. y BUENO, A.M. (1996), Tratamiento psicológico del comportamiento sedentario. En Buceta, J.M. y Bueno, A.M. (Eds.) *Tratamiento Psicológico de hábitos y enfermedades*. Madrid, Pirámide.
- GIL ROALES-NIETO, J. (1999). Actividad física y salud. En J. Gil Roales-Roales (Ed.). *Manual de Psicología de la Salud*. Granada, Némesis.
- GIL ROALES-NIETO, J. (2004). Alimentación, actividad física y salud. En J. Gil Roales-Roales (Dir.). *Psicología de la Salud*. Madrid: Pirámide.
- ORTEGA, R. (1992). *Medicina del ejercicio físico y del deporte para la atención a la salud*. Madrid, Díaz de Santos.
- MORENO, B. y CHARRO, A. (2007). Nutrición, actividad física y prevención de la obesidad. Estrategia NAOS. Madrid: Médica Panamericana
- PALENZUELA, D.L., GUTIÉRREZ CALVO, M. y AVERO, P. (1998). "Ejercicio físico regular como un mecanismo de protección contra la depresión en jóvenes. *Psicothema*, 10, 29-39.
- SERRA, L. (2006). *Actividad física y salud. Estudio EnKid*. Barcelona: Masson



PROGRAMA 3: PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES (ECV) Y PROGRAMA COGNITIVO CONDUCTUAL PARA EL MANEJO DE LA IRA Y LA HOSTILIDAD		
NOMBRE Y APELLIDOS (al menos 4 personas)	e. mail	Tfno. móvil
ENTREVISTA DE MOTIVACIÓN Y PSI COEDUCACIÓN 3 SESIONES	SESIONES DE TERAPIA COGNITIVO CONDUCTUAL 12	PROGRAMA DE MANTENIMIENTO 3 SESIONES

**BIBLIOGRAFÍA**

BERMÚDEZ, J. (1989). Aspectos psicológicos de los trastornos cardiovasculares. En E. Ibáñez y A. Belloch (Eds.), *Psicología y Medicina*. Valencia, Promolibro.

CRESPO, N., RUBIO, V.J., CASADO, M.I. y CAMPO, C. (2005). Influencia sobre los niveles de presión arterial de una intervención conductual y educativa dirigida al control del estrés y la modificación de hábitos de una muestra de hipertensos. *Ansiedad y Estrés*, 11, 1-100.

FERNÁNDEZ ABASCAL, E. (1993). *Hipertensión: Intervención Psicológica*. Madrid, Eudema.

FERNÁNDEZ SANTIAGO, M.C., ROBLES, H. y VILA, J. (1989). Aspectos psicofisiológicos de los trastornos coronarios. En E. Ibáñez y A. Belloch (Eds.), *Psicología y Medicina*. Valencia, Promolibro.

GARCIA, A.(1995) Indicadores biológicos y psicológicos de riesgo coronario: un estudio transversal en personas de alto y bajo riesgo. *Análisis y Modificación de Conducta*, 21, 517-547.

GIL ROALES-NIETO, J., LÓPEZ RÍOS, F. Y BLANCO, J.L (2004). "Comportamiento como riesgo para trastornos cardiovasculares. En J. GIL ROALES-NIETO (dir.), ". *Psicología de la Salud*, Madrid: Pirámide 63-76.

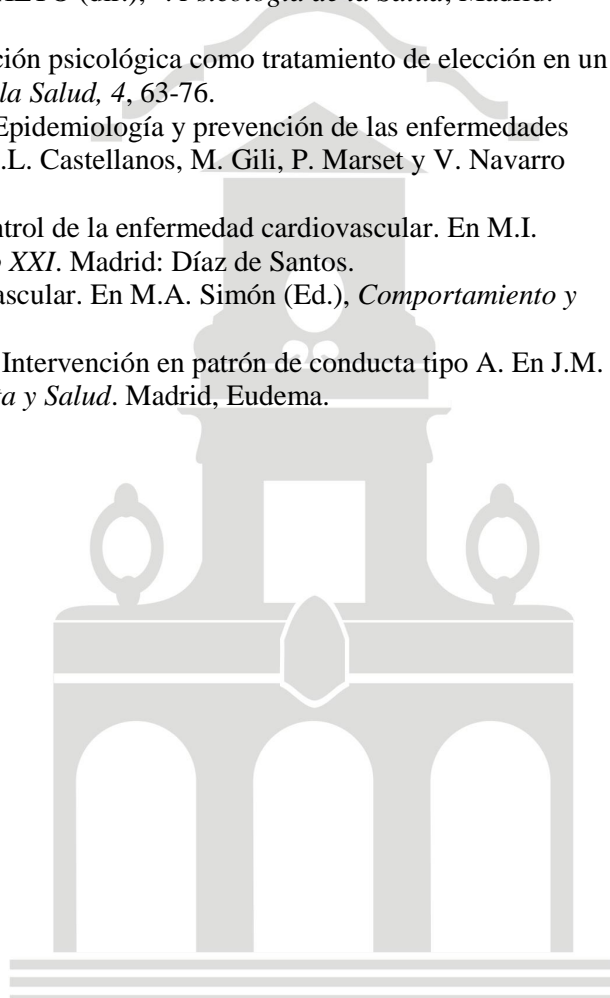
GONZÁLEZ, A. y AMIGO, I (1992). "La intervención psicológica como tratamiento de elección en un caso de hipertensión arterial". *Revista de Psicología de la Salud*, 4, 63-76.

MARRUGAT, J., ELOSUA, R. y GIL. M. (1999). Epidemiología y prevención de las enfermedades cardiovasculares. En F. Martínez Navarro, J.M. Antó, P.L. Castellanos, M. Gili, P. Maset y V. Navarro (Eds.), *Salud Pública*, Madrid, McGraw-Hill.

MATEOS, J. (2002). Programa de prevención y control de la enfermedad cardiovascular. En M.I. Serrano (coord.), *La Educación para la Salud del Siglo XXI*. Madrid: Díaz de Santos.

REIG, A. (1990) La prevención de la salud cardiovascular. En M.A. Simón (Ed.), *Comportamiento y Salud*. Valencia, Promolibro.

SANCHEZ ELVIRA, A. y BERMUDEZ, J. (1990) Intervención en patrón de conducta tipo A. En J.M. Buceta y A.M. Bueno (Eds.), *Modificación de Conducta y Salud*. Madrid, Eudema.





<b>PROGRAMA 4: PREVENCIÓN DE LA ANOREXIA Y LA BULIMIA Y PROMOCIÓN DE UN PESO SALUDABLE</b>		
NOMBRE Y APELLIDOS (al menos 4 personas)	e. mail	Tfno. móvil
ENTREVISTA DE MOTIVACIÓN Y PSICOEDUCACIÓN 3 SESIONES	SESIONES DE TERAPIA COGNITIVO CONDUCTUAL 12	PROGRAMA DE MANTENIMIENTO 3 SESIONES

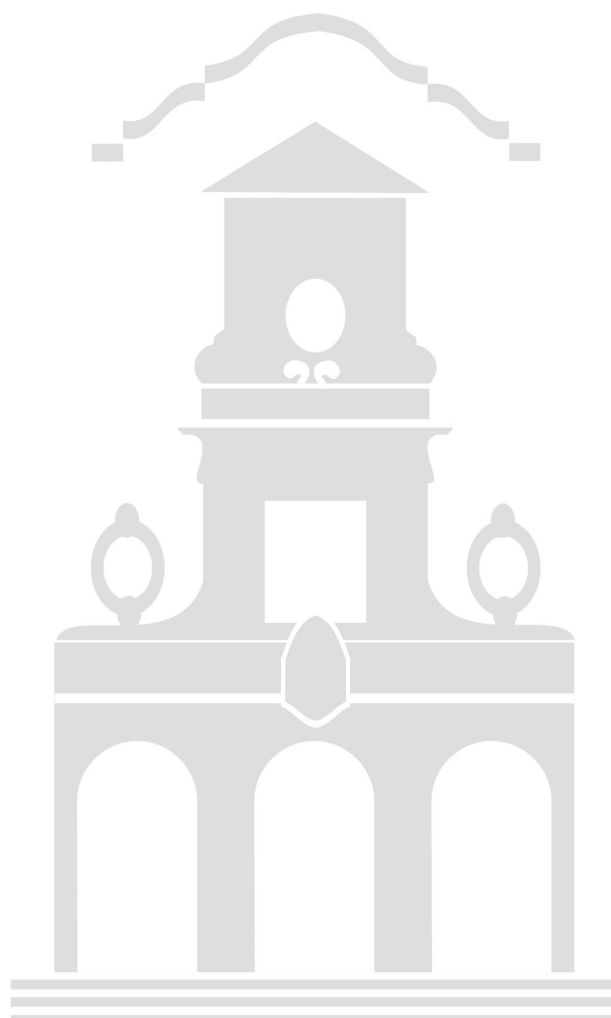
BIBLIOGRAFÍA: (Ver bibliografía general)



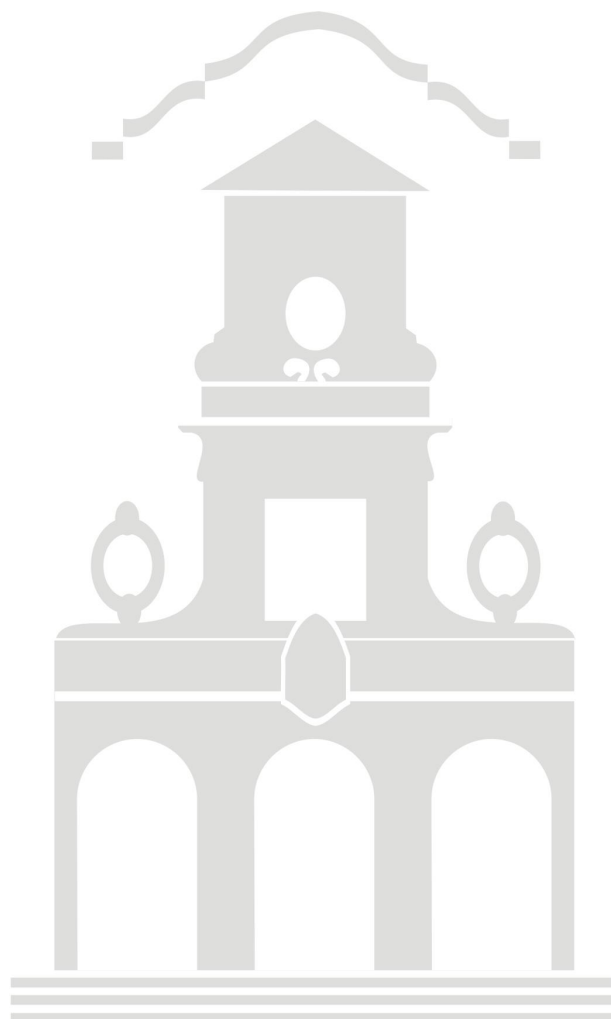
<b>PROGRAMA 5: PROGRAMA DE INTERVENCIÓN COGNITIVO CONDUCTUAL PARA LA PROMOCIÓN DE LA ADHERENCIA DE LAS PRESCRIPCIONES TERAPÉUTICAS.</b>		
NOMBRE Y APELLIDOS (al menos 4 personas)	e. mail	Tfno. móvil
MODELO TRANSTEORÉTICO Y PSICOEDUCACIÓN 3 SESIONES	SESIONES DE TERAPIA COGNITIVO CONDUCTUAL 12	PROGRAMA DE MANTENIMIENTO 3 SESIONES



<b>PROGRAMA 6: PROGRAMA DE ENTRENAMIENTO EN MEMORIA Y HABILIDADES COGNITIVAS EN PACIENTES DE ALZHEIMER</b>		
NOMBRE Y APELLIDOS (al menos 4 personas)	e. mail	Tfno. móvil
ENTREVISTA DE MOTIVACIÓN Y PSICOEDUCACIÓN 3 SESIONES	SESIONES DE TERAPIA COGNITIVO CONDUCTUAL 12	PROGRAMA DE MANTENIMIENTO 3 SESIONES



<b>PROGRAMA 7: PROGRAMA EN EL MANEJO DEL ESTRÉS PARA PERSONAS QUE CUIDAN A ENFERMOS DE ALZHEIMER Y OTRAS DEMENCIAS: ¿QUIÉN CUIDA AL CUIDADOR?</b>		
NOMBRE Y APELLIDOS (al menos 4 personas)	e. mail	Tfno. móvil
ENTREVISTA DE MOTIVACIÓN Y PSI COEDUCACIÓN 3 SESIONES	SESIONES DE TERAPIA COGNITIVO CONDUCTUAL 12	PROGRAMA DE MANTENIMIENTO 3 SESIONES





<b>PROGRAMA 8: PROGRAMA COGNITIVO CONDUCTUAL EN CUIDADOS PALIATIVOS Y EN LA FASE FINAL DE LA VIDA.</b>		
NOMBRE Y APELLIDOS (al menos 4 personas)	e. mail	Tfno. móvil
ENTREVISTA DE MOTIVACIÓN Y PSI COEDUCACIÓN 3 SESIONES	SESIONES DE TERAPIA COGNITIVO CONDUCTUAL 12	PROGRAMA DE MANTENIMIENTO 3 SESIONES

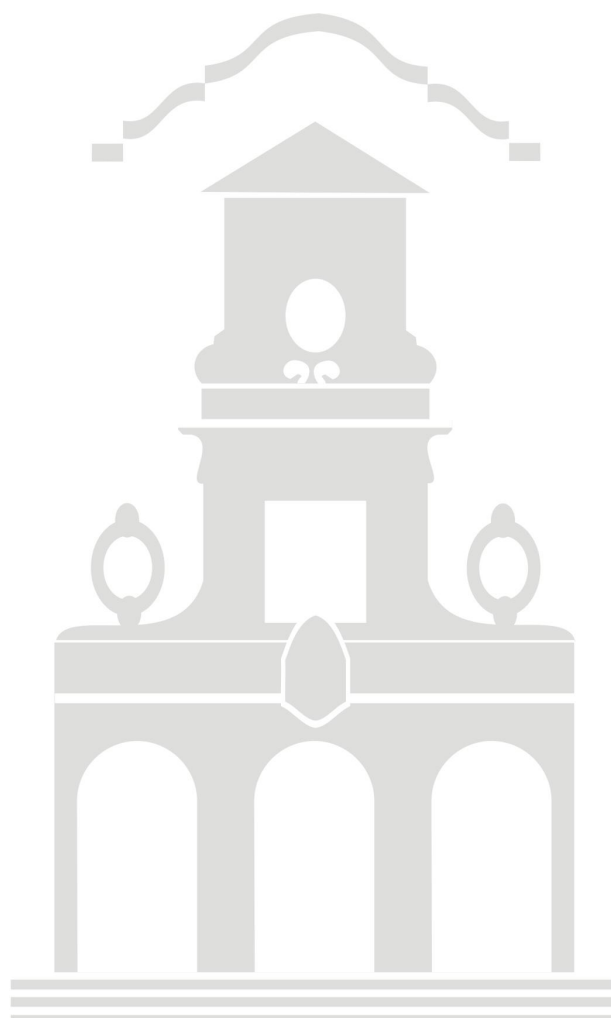


<b>PROGRAMA 9: PROGRAMA COGNITIVO CONDUCTUAL PARA EL MANTENIMIENTO DE LA SALUD BIOMÉDICA Y MENTAL DE LAS PERSONAS MAYORES.</b>		
NOMBRE Y APELLIDOS (al menos 4 personas)	e. mail	Tfno. móvil
MODELO TRANSTEORÉTICO Y PSI COEDUCACIÓN 3 SESIONES	SESIONES DE TERAPIA COGNITIVO CONDUCTUAL 12	PROGRAMA DE MANTENIMIENTO 3 SESIONES





<b>PROGRAMA 10: PROGRAMA COGNITIVO CONDUCTUAL PARA DEJAR DE FUMAR.</b>		
NOMBRE Y APELLIDOS (al menos 4 personas)	e. mail	Tfno. móvil
MODELO TRANSTEORÉTICO Y PSI COEDUCACIÓN 3 SESIONES	SESIONES DE TERAPIA COGNITIVO CONDUCTUAL 12	PROGRAMA DE MANTENIMIENTO 3 SESIONES



<b>PROGRAMA 11: PROGRAMA COGNITIVO CONDUCTUAL PARA INSOMNIO.</b>		
NOMBRE Y APELLIDOS (al menos 4 personas)	e. mail	Tfno. móvil
MODELO TRANSTEORÉTICO Y PSI COEDUCACIÓN 3 SESIONES	SESIONES DE TERAPIA COGNITIVO CONDUCTUAL 12	PROGRAMA DE MANTENIMIENTO 3 SESIONES

BIBLIOGRAFÍA: Ver bibliografía general y material en pdf

NOTA:

Para los programas que no tienen bibliografía, ver material en pdf.

Todos los programas se realizarán atendiendo el formato del programa de DOLOR CRÓNICO ADJUNTO, QUE SE ENCUENTRA EN EL ARCHIVO PROGRAMAS Y PROCEDIMIENTOS EN PSICOLOGÍA CLÍNICA DE LA SALUD

