



Resolución Directoral

Santa Anita, 29 de Enero del 2020

VISTO:

El Expediente N° 20MP-00642-00 y Memorando N° 019-DPSM-HHV-2020 solicita aprobación del "Plan de Habilidades DBT";

CONSIDERANDO:

Que, el Artículo XV del Título Preliminar de la Ley N° 26842 Ley General de Salud, establece que: "El Estado promueve la investigación científica y tecnológica en el campo de la salud, así como la formación, capacitación y entrenamiento de recursos humanos para el cuidado de la salud";

Que, el Artículo 1° de la Ley 29889, Ley que modifica el Artículo 11° de la Ley 26842, Ley General de Salud, que garantiza los derechos de las personas con problemas de salud mental, señala: Toda persona tiene derecho a gozar del más alto nivel posible de salud mental, sin discriminación. El Estado garantiza la disponibilidad de programas y servicios para la atención de la salud mental en número suficiente, en todo el territorio nacional; y el acceso a prestaciones de salud mental adecuadas y de calidad, incluyendo intervenciones de promoción, prevención, recuperación y rehabilitación;

Que, el Artículo 43° del Reglamento de Organización y Funciones del Hospital "Hermilio Valdizán", aprobado por Resolución Ministerial N° 797-2003-SA/DM, establece que el Departamento de Promoción de la Salud Mental, es la unidad orgánica encargada de prestar asistencia psiquiátrica a la población, el cual tiene asignados entre sus objetivos funcionales, lo fijado en la letra b): "fortalecer los factores protectores de la salud mental en la población y el fomento de estilos de vida saludables para el cuidado de su salud individual, familiar y el bienestar general";

Que, el acotado Plan tiene como objetivo general, desarrollar habilidades DBT en los pacientes derivados de consulta externa del Hospital Hermilio Valdizán con diagnóstico de TLP que aún no ingresan a un programa de psicoterapia especializada en el departamento de análisis y modificación de conducta, desarrollar habilidades DBT en escolares adolescentes que presenten conductas problemas y que pertenezcan a una unidad escolar de la UGEL 06 seleccionada por el Departamento de Promoción de la Salud del hospital, por lo que se hace necesario expedir el respectivo acto resolutivo;

En uso de las facultades conferidas por el Artículo 11° inciso c), del Reglamento de Organización y Funciones del Hospital "Hermilio Valdizán", aprobado por Resolución Ministerial N° 797-2003-SA/DM; y, contando con la visación de la Dirección Adjunta de la Dirección General, Departamento de Promoción de la Salud Mental y Oficina de Asesoría Jurídica;

SE RESUELVE:

Artículo 1°.- APROBAR el "Plan de Habilidades DBT", que consta de nueve (09) páginas, formando parte de la presente Resolución.

Artículo 2°.- ENCARGAR al Departamento de Promoción de la Salud Mental, la difusión, implementación, aplicación y supervisión del acotado Plan, informando sus resultados.

Artículo 3°.- DISPONER que la Dirección Adjunta de la Dirección General supervise el funcionamiento del indicado Plan.

Artículo 4°.- ENCARGAR a la Oficina de Estadística e Informática, la publicación de la presente Resolución en el Portal Web Institucional del Hospital Hermilio Valdizán.

Regístrese y Comuníquese y Archívese,

GLCV.
DISTRIBUCIÓN
SDG.
DPS.
OEI
OAJ

MINISTERIO DE SALUD
Hospital Hermilio Valdizán

M.C. Gloria Luz Cueva Vergara
Directora General (e)
C.M.P. N° 21489 R.N.E. 12799



PLAN DE HABILIDADES DBT

RESPONSABLES: EQUIPO DE PROMOCION DE LA SALUD MENTAL

DRA. LILIANA ALVA ARROYO

DRA. SARA RUIZ FLORIAN

2020





1. INTRODUCCIÓN

El Trastorno Límite de la Personalidad (TLP) es un trastorno que pertenece al Cluster B de los Trastornos de personalidad, según el DSM-5, que engloba a las personalidades emocionalmente inestables. Las características clínicas principales giran en torno a una gran inestabilidad emocional que conlleva a conductas impulsivas, autolesiones e intentos suicidas, debido a estos factores el tratamiento en este tipo de pacientes suele ser complejo. Los psicofármacos ocupan un lugar importante en el tratamiento multinivel del TLP, sin embargo los tratamientos psicofarmacológicos empíricamente sustentados hasta la actualidad solo ayudan en los aspectos sintomáticos (inestabilidad emocional, impulsividad-agresividad, ansiedad-inhibición y distorsión cognitiva). En los ensayos controlados con medicación los pacientes parecen mejorar, pero ninguno está bien. Las intervenciones psicoterapéuticas en TLP son consideradas primordiales en su tratamiento, sin embargo no están exentas de problemas, debido a la alta tasa de abandonos y dificultades en la adherencia. Dentro de las intervenciones psicoterapéuticas para TLP, una de las más estudiada y con mayor evidencia científica es la Terapia Dialéctica Conductual (DBT), la que ha demostrado efectividad en la disminución de las conductas impulsivas, autolesiones y conductas suicidas, así como el número de internamientos y visitas a servicios de emergencia

La Terapia Dialéctica Conductual (DBT), considerada una terapia de tercera generación, fue diseñada por Marsha Linehan (desde los años 70s) para tratar a personas con diagnóstico de Trastorno Límite de la Personalidad (TLP), ella modificó e integró otros modelos y técnicas terapéuticas a la Terapia Cognitiva Conductual; con ello redefine algunos conceptos sobre este trastorno de personalidad.

En DBT estándar, el usuario con Desregulación Emocional (DRE), necesita Terapia individual DBT, Terapia grupal de habilidades DBT, Abordaje familiar y Coaching Telefónico, además de los controles por el psiquiatra (de ser necesario), para lograr con éxito la recuperación de los mismos.

Es por ello, que respondiendo a la demanda y necesidades de este grupo de usuarios, con probables diagnósticos de TLP; el Departamento de Promoción de la Salud Mental, plantea realizar un Plan de Terapia Grupal de Habilidades DBT, realizando así actividades con evidencia científica para mejorar la calidad de vida de los mismos.

2. OBJETIVOS

2.1 . Objetivo General

- Desarrollar habilidades DBT en los pacientes derivados de consulta externa del Hospital Hermilio Valdizán con diagnóstico de TLP que aún no ingresan a un programa de psicoterapia especializada en el Departamento de Análisis y Modificación de Conducta.
- Desarrollar habilidades DBT en escolares adolescentes que presenten conductas problema y que pertenezcan a una unidad escolar de la UGEL 06 seleccionada por el Departamento de Promoción de la Salud del HHV.

2.2 . Objetivos específicos

- Desarrollar Habilidades DBT de conciencia plena en los adolescentes y usuarios de consulta externa HHV.





- Desarrollar Habilidades DBT de efectividad interpersonal en los adolescentes y usuarios de consulta externa del HHV.
- Desarrollar Habilidades DBT de regulación emocional en los adolescentes y usuarios de consulta externa del HHV.
- Desarrollar Habilidades DBT de tolerancia al malestar en los adolescentes y usuarios de consulta externa del HHV.

3 ÁMBITO DE APLICACIÓN

El siguiente plan se desarrollará en dos ambientes:

- En el auditorio de Promocion de la Salud Mental del Hospital Hermilio Valdizán con los usuarios de consulta externa
- En un aula del colegio seleccionado con los escolares adolescentes.

4 MATERIAL Y METODOLOGÍA

4.1 . MATERIAL

4.1.1 Recursos Humanos

Médicos Psiquiatras con formación en Terapia Dialéctico Conductual que laboran en el DPSM

4.1.2 Recursos materiales

- Ambiente para al menos 15 personas.
- Sillas para al menos 15 personas.
- Material para cada uno de los participantes.
- Pizarra Acrílica
- Plumones para pizarra acrílica
- Una campana pequeña
- Lápices
- Hojas bond

4.2 METODOLOGÍA

4.2.1 MODALIDAD

- Se seleccionarán los pacientes que participarán del taller en función a los criterios de inclusión.
- Para el grupo con usuarios de consulta externa, se espera seleccionar entre 5 y 10 pacientes derivados del servicio de consulta externa y que no hayan iniciado un tratamiento psicoterapéutico especializado. Además, se tendrá en cuenta el directorio de otros participantes que cumplan los criterios de inclusión; los cuales podrán participar del taller en caso de no confirmar los primeros seleccionados.
- Para el grupo de adolescentes escolares, se seleccionaran entre 5 y 10 adolescentes que cumplan con los criterios de inclusión. . Además, se tendrá en cuenta el directorio de otros participantes que cumplan los criterios de inclusión; los cuales podrán participar del taller en caso de no confirmar los primeros seleccionados.





- Una vez seleccionados, se les invitará a participar del taller a través de llamada telefónica o la convocatoria durante la sesión de consulta externa. Posteriormente se pedirá la confirmación durante la semana, por vía telefónica. En caso de no confirmar la participación, se optará por elegir a otros participantes de la lista de espera.
- El taller constará de sesiones grupales realizadas una vez por semana y cada una tiene una duración de aproximadamente 2 horas., con un intermedio de aproximadamente 10 min., se manejan 4 módulos:
 - Mindfulness (4 sesiones)
 - Efectividad Interpersonal (4 sesiones)
 - Regulación emocional (4 sesiones)
 - Tolerancia al malestar (3 sesiones)
- Se inicia el taller con el Módulo de Mindfulness, desarrollando 2 sesiones continuas; se continuará con el módulo de Efectividad interpersonal; y antes de iniciar los 2 siguientes módulos: Regulación Emocional y Tolerancia al malestar, se realizará 1 sesión de Mindfulness. Siendo en total 15 sesiones (pudiendo extenderse según criterio de los terapeutas y necesidades del grupo).

4.2.2 RESPONSABLES

Departamento de Promoción de la Salud

- Dr. Jean Núñez del Prado Murillo
- Dra. Liliana Alva Arroyo
- Dra. Sara Ruiz Florián

5 CRITERIOS DE INCLUSIÓN

Para adolescentes escolares:

- Adolescentes de 3º a 5º de secundaria cuyos padre(s) o familiar “cuidador principal” acepten su participación en el taller de Habilidades DBT y se comprometan a asistir en el 100% de las sesiones.
- Adolescentes que presenten conductas problema identificado por el profesor encargado o tutor.
- Adolescentes pertenecientes a la institución educativa seleccionada.

Usuarios de consulta externa:

- Pacientes pertenecientes al servicio de consulta externa de psiquiatría del Hospital Herminio Valdizán.
- Pacientes con diagnóstico de Desregulación Emocional o Trastorno Límite de Personalidad hecho por su médico tratante.





6 CRITERIOS DE EXCLUSIÓN

Para adolescentes escolares:

- Pacientes con diagnóstico de Retardo mental o Cociente intelectual Fronterizo.

Usuarios de consulta externa:

- Pacientes con diagnóstico de Retardo mental o Cociente intelectual Fronterizo.
- Pacientes que cumpla, además, con criterios de dependencia de alguna sustancia, según CIE-10.
- Pacientes con más de dos comorbilidades diagnosticadas según CIE-10, además del diagnóstico.
- Pacientes que pertenezcan al Departamento de Análisis y Modificación de Conducta. (DAMOC)

7 NÚMERO DE PARTICIPANTES

El taller se desarrollará con 10 participantes, los cuales deberán asistir de forma regular a las sesiones programadas.

8 CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

El taller de habilidades se realizará en un tiempo aproximado de 4 meses, con los pacientes seleccionados por el equipo de promoción de la Salud, en coordinación con la institución educativa y el servicio de consulta externa del HHV.

Nº SESIÓN	ACTIVIDAD	RESPONSABLES
SESION 1	<ul style="list-style-type: none"> • Presentación de participantes. • Lectura de Reglas • Teoría Biosocial • Break • Introducción al mindfulness • Asignación de tareas • Cierre de la sesión. 	<p>Dra. Liliana Alva Dra. Sara Ruiz</p>





<p>SESIÓN 2</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Ejercicio de Mindfulness. • Revisión de tareas. • La mente sabía. • Break • Sugerencias para la práctica de conciencia plena. • Asignación de tareas • Cierre de la sesión. 	<p>Dra. Liliana Alva Dra. Sara Ruiz</p>
<p>SESIÓN 3</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Ejercicio de Mindfulness. • Revisión de tareas. • Factores que reducen la efectividad interpersonal • Break • Metas claras • Asignación de tareas • Cierre de la sesión. 	<p>Dra. Liliana Alva Dra. Sara Ruiz</p>
<p>SESIÓN 4</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Ejercicio de Mindfulness. • Revisión de tareas. • DEARMAN • Break • GIVE • Asignación de tareas. • Feedback. • Cierre de la sesión. 	<p>Dra. Liliana Alva Dra. Sara Ruiz</p>
<p>SESION 5</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Ejercicio de Mindfulness. • Revisión de tareas. • VIDA • Break • Habilidades para pedir y decir "no" • Asignación de tareas. • Feedback. • Cierre de la sesión. 	
<p>SESIÓN 6</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Ejercicio de Mindfulness. • Revisión de tareas. • Conocer personas y construir relaciones • Break • Asignación de tareas. • Feedback • Cierre de la sesión 	<p>Dra. Liliana Alva Dra. Sara Ruiz</p>





<p>SESIÓN 7</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Ejercicio de Mindfulness. • Revisión de tareas. • Habilidades "Que". • Break • Sugerencias para la práctica de habilidades "Que". • Asignación de tareas • Cierre de la sesión. 	<p>Dra. Liliana Alva Dra. Sara Ruiz</p>
<p>SESIÓN 8</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Ejercicio de Mindfulness. • Revisión de tareas. • Función de las emociones • Break • Asignación de tareas. • Feedback • Cierre de la sesión 	<p>Dra. Liliana Alva Dra. Sara Ruiz</p>
<p>SESIÓN 09</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Ejercicio de Mindfulness. • Revisión de tareas. • Verificar los hechos y resolución de problemas • Break • Ejemplos • Feedback. • Asignación de tareas. • Cierre de la sesión 	<p>Dra. Liliana Alva Dra. Sara Ruiz</p>
<p>SESIÓN 10</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Ejercicio de Mindfulness. • Revisión de tareas. • Acción Opuesta • Break • Habilidades TIP • Feedback. • Asignación de tareas. • Cierre de la sesión 	<p>Dra. Liliana Alva Dra. Sara Ruiz</p>



 SESIÓN 11	<ul style="list-style-type: none"> • Ejercicio de Mindfulness • Revisión de tareas. • Acumular emociones positivas • Break • Cuida tu cuerpo • Feedback. • Asignación de tareas. • Cierre de la sesión 	<p>Dra. Liliana Alva Dra. Sara Ruiz</p>
SESION 12	<ul style="list-style-type: none"> • Ejercicio de Mindfulness. • Revisión de tareas. • Habilidades "Como". • Break • Sugerencias para la práctica de habilidades "Como". • Asignación de tareas • Cierre de la sesión. 	<p>Dra. Liliana Alva Dra. Sara Ruiz</p>
SESIÓN 13	<ul style="list-style-type: none"> • Ejercicio de Mindfulness. • Revisión de tareas. • Principios básicos de aceptación radical • Break • Dirigir la mente • Asignación de tareas. • Feedback • Cierre de la sesión 	<p>Dra. Liliana Alva Dra. Sara Ruiz</p>
SESIÓN 14	<ul style="list-style-type: none"> • Ejercicio de Mindfulness. • Revisión de tareas. • Disposición abierta y flexible • Break • Conciencia de los pensamientos actuales • Asignación de tareas. • Feedback • Cierre de la sesión 	<p>Dra. Liliana Alva Dra. Sara Ruiz</p>





SESIÓN 15	<ul style="list-style-type: none"> • Ejercicio de Mindfulness. • Revisión de tareas. • Media sonrisa • Break • Ejemplos • Feedback 	<p>Dra. Liliana Alva Dra. Sara Ruiz</p>
-----------	--	---

1. BIBLIOGRAFÍA

- *Impacto de Mindfulness en el mundo*. R. Razie Tovar García (2017).
- *Practice Guideline for the treatment of patients with major depressive disorder*. American Psychological association (2010).
- *Mecanismos neurocognitivos de la terapia basada en Mindfulness*. Manolete S. Moscoso (2015).
- *DBT Skills Manual for Adolescents*. Jill H. Rathus y Alec L. Miller (2015).
- *Manual de entrenamiento en habilidades para adolescentes*. Fundación FORO (2015).



Liliana Alva Arroyo
 PSQUIATRIA
 CMP: 60890 DNI: 44395118



 Dra. Sara E. Ruiz Florian
 MÉDICO PSQUIATRA
 CMP: 58429 RNE: 32897