AGOSTO 2026

Formación Anual en DBT

Habilidades para el Cambio

Fundación Habilidades para el Cambio

Programa actualizado de Formación en DBT – Cohorte Agosto 2026

Dirección académica: Lic. Pilar Ortiz Sosa.

Supervisión general: Dirección Clínica HPC.

Programa creado en coautoría por la Prof. Lic. Priscila Vazquez Gelvez y la Lic. Laura Flynn.

Características generales de la Formación/ entrenamiento en DBT:

Modalidad: Online, vía Zoom

Cantidad de clases: 9 clases mensuales de agosto de 2026 a junio de 2027.

Fechas de las clases: sábados 1/8, 5/9, 3/10, 7/11, 5/12 de 2026 y 6/3, 3/4, 1/5, 5/6 de 2027.

Días y horarios: primer sábado de cada mes, de 9 a 12 horas, descanso de 1 hora, y de 13 a 16 horas (2 recreos de 10 minutos durante la mañana y la tarde).

Duración de cada jornada: 6 horas en total (50% de teoría + 50% de práctica).

Inicio: sábado 1 de agosto de 2026.

Requisitos para recibir la certificación: asistencia del 80%, entrega de trabajo grupal y examen.

Fundamentos:

La Terapia Dialéctico Conductual (DBT), creada por la Dra. Marsha Linehan, es un modelo de tratamiento multicomponente que integra distintos principios de la psicoterapia, desde la integración de tres marcos teóricos principales: la teoría biosocial, la filosofía dialéctica y los principios del Budismo Zen y la práctica de mindfulness (atención plena).

El paradigma DBT se encuentra consistentemente validado por una amplia variedad de investigaciones empíricas, resultando clínicamente efectivo para trabajar con consultantes que presentan psicopatologías complejas y cuadros multi problemáticos.

Su principal enfoque es abordar: conductas de elevado riesgo de vida (suicidalidad y autolesiones), la desregulación emocional, la inestabilidad interpersonal, y los problemas del control de los impulsos asociados al Trastorno Límite de la Personalidad (TLP) y a otros trastornos del Eje II.

Adicionalmente, el modelo ha demostrado eficacia en condiciones comórbidas como el Trastorno Bipolar, los Trastornos de la Conducta Alimentaria (TCA) y el Abuso de Sustancias, entre otros.

1. Enfoque general

Basado en los estándares internacionales del Linehan Institute, Harvard y Emory University, el programa combina entrenamiento teórico-práctico y fidelidad al modelo. Incorpora adaptaciones tales como: DBT-A, DBT-EP, DBT-TCA y TUS. Además incluye introducción a RO-DBT y manejo de crisis en entornos virtuales.

2. Objetivos

- Entender los fundamentos de la Terapia Dialéctico Comportamental (DBT).
- Aprender a formular casos clínicos.
- Realizar Análisis en Cadena y Análisis de la Solución de Conductas Problema (CP).
- Diseñar un Plan de tratamiento en DBT.
- Implementar estrategias de Manejo de crisis.
- Conocer los Módulos de Habilidades.
- Aplicar el enfoque biosocial, la dialéctica, la validación y las estrategias conductuales de cambio/aceptación.
- Detectar límites personales del terapeuta y herramientas para el autocuidado.
- Formar terapeutas competentes en el modelo DBT estándar, con conocimientos de sus adaptaciones (DBT-A, DBT Familias, DBT-EP, DBT-TCA y TUS, DBT-PE).
- Conocer los pilares básicos de RO-DBT.
- Dominar el uso de tecnologías para atención con modalidad virtual.

3. Estructura modular - 1er sábado por mes de agosto de 2026 a junio de 2027.

Agosto

Módulo 1

Objetivos: Fundamentos y Estructura del Tratamiento

Área de Competencia	Objetivos de Aprendizaje
Conocimiento y Comprensión	**Describir** la historia, la evidencia empírica y la **Teoría Biosocial** como marco etiológico central de la DBT.
Diagnóstico y Evaluación	**Relacionar** los criterios del Trastorno Límite de la Personalidad (TLP) según el DSM-5 con el concepto de **Disfunción en la Regulación Emocional**.
Aplicación Inicial	**Aplicar** los **Supuestos de la DBT** para adoptar una postura dialéctica en la formulación de casos.

Habilidades Clínicas	**Diseñar** una **Entrevista Inicial DBT** estructurada, que incluya la definición de **Metas y Valores** del paciente y el inicio del uso de la **Hoja de Registro Diario**.

Temas:

Introducción. Historia. Evidencia. Teoría Biosocial. TLP. DSM 5.
Supuestos en DBT. Estructura del tratamiento.
Entrevista inicial DBT. Formulación de caso.
Evaluación y diagnóstico.
Metas y valores.
Hoja de registro diario.

Septiembre

Módulo 2

Objetivos: Conductas que atentan contra la terapia. Problemas dialécticos. Estrategias Dialécticas y del Estilo del Terapeuta.

Área de Competencia	Objetivos de Aprendizaje
Análisis	**Identificar y categorizar** las **Conductas que Atentan contra la Terapia** (CAT) y los **Problemas Dialécticos Secundarios** (Objetivos Secundarios) del tratamiento.
Aplicación	**Utilizar** las **Estrategias de Estilo del Terapeuta** (Validación Recíproca, Estilo Irreverente, Aceptación Radical) para mantener el compromiso y la relación terapéutica.

Práctica Dialéctica	**Ejecutar** las **Estrategias Dialécticas** (ej., el uso de metáforas, la búsqueda de síntesis) para resolver polarizaciones y promover el cambio.

Temas:

Conductas que atentan contra la terapia.
Objetivos Secundarios o Problemas Dialécticos.
Estrategias de estilo del terapeuta.
Estrategias dialécticas.

Octubre

Módulo 3

Objetivos: Análisis en Cadena. Estrategias de Cambio y Resolución de Problemas

Área de Competencia	Objetivos de Aprendizaje
Habilidad Fundamental	**Demostrar la capacidad de Validar consistentemente las experiencias del paciente utilizando los seis niveles de validación.**
Análisis Funcional	**Realizar un Análisis en Cadena detallado y un Análisis de Solución o Análisis de los Eslabones Perdidos (missing link) para una conducta objetivo.**
Implementación de Cambio	**Aplicar técnicas de cambio conductual: Exposición y Control de Estímulos, Modificación Cognitiva y Manejo de Contingencias de manera efectiva dentro de la sesión.**

Temas:

Validación.
Análisis en Cadena.

Análisis de Solución. Análisis de los Enlaces Perdidos. Exposición y controlde estímulos. Modificación Cognitiva. Manejo de Contingencias.

Noviembre

Módulo 4

Objetivos: Estrategias de Crisis y Equipo

Área de Competencia	Objetivos de Aprendizaje
Manejo de Crisis	**Implementar el Coaching Telefónico para generalizar las habilidades y prevenir conductas de riesgo.**
Evaluación de Riesgo	**Aplicar el Protocolo de Evaluación y Manejo de Riesgo (LRAMP) de Linehan para evaluar y gestionar el riesgo de suicidio y autolesiones, y establecer criterios de hospitalización.**
Colaboración	**Participar activamente en un Equipo de Consultoría, utilizando las funciones de este para mantener la fidelidad al modelo y prevenir el agotamiento del profesional (burnout).**

Temas:

Coaching telefónico. Protocolo de suicidio. Crisis y criterios de hospitalización psiquiátrica. LRAMP - Protocolo de Evaluación y Manejo de Riesgo de Linehan. Equipo de consultoría.

Diciembre

Módulo 5

Objetivos: Habilidades

Área de Competencia	Objetivos de Aprendizaje
Fundamentos de Habilidades	**Explicar la función de cada módulo de habilidades DBT y su relación con la Teoría Biosocial.**
Práctica de Conciencia Plena	**Instruir a los pacientes en las habilidades de Mindfulness (observar, describir, participar y la mente sabia) para aumentar la conciencia del momento presente.**
Estrategias Interpersonales	**Enseñar las habilidades de Efectividad Interpersonal (ej., DEAR MAN, AVES, VIDA) para ayudar a los pacientes a alcanzar sus objetivos de relación, autoestima y meta.**

Temas:

Habilidades DBT. Introducción (fichas generales)
Habilidades de Mindfulness
Habilidades de Efectividad Interpersonal

Marzo

Módulo 6

Objetivos: Habilidades

Área de Competencia	Objetivos de Aprendizaje
Regulación Emocional	**Facilitar la adquisición de habilidades de Regulación Emocional (ej., Modelo de las Emociones, ACCIÓN opuesta, acumulación de eventos positivos) para reducir la intensidad y frecuencia de las emociones no deseadas.**

Tolerancia al Malestar	**Capacitar en las habilidades de Tolerancia al Malestar (ej., TIPP, Aceptar Radicalmente, Distraerse) para sobrevivir a las crisis sin empeorar la situación.**

Temas:

Habilidades de Regulación Emocional
Habilidades de Tolerancia al Malestar.

Abril

Módulo 7

Objetivos: Adaptaciones Específicas I (DBT-A y DBT-EP)

Área de Competencia	Objetivos de Aprendizaje
Análisis de Adaptación	**Identificar las principales diferencias y consideraciones éticas al adaptar el modelo DBT a poblaciones específicas.**
DBT para Adolescentes	**Introducir los principios de la DBT-A (Adolescentes y Familias), reconociendo las adaptaciones en la estructura de tratamiento y la necesidad de la participación familiar.**
Tratamiento Específico	**Describir la estructura y los componentes clave de la DBT-PE (Exposición Prolongada) para el tratamiento de trastornos por estrés postraumático en pacientes con TLP.**

Temas:

Adaptaciones del modelo.
Introducción a DBT- A adolescentes y Familias.
Introducción a DBT- EP (Exposición prolongada)

Mayo

Módulo 8

Objetivos: Adaptaciones Específicas II (DBT- TCA y TUS). Introducción a RO DBT.

Área de Competencia	Objetivos de Aprendizaje
Aplicación Clínica	**Diferenciar y justificar las adaptaciones del protocolo estándar DBT para el tratamiento de Trastornos de la Conducta Alimentaria (TCA) y Trastornos por Uso de Sustancias (TUS).**
Integración de Protocolos	**Diseñar un plan de tratamiento inicial que integre los módulos de habilidades y las estrategias específicas de DBT para abordar las conductas alimentarias o de consumo problemáticas.**

Temas:

Adaptaciones del modelo. Introducción a DBT- TCA y TUS. RO DBT

Junio

Módulo 9

Objetivos: Supervisión de casos y consultoría en DBT

Área de Competencia	Objetivos de Aprendizaje
Conceptualización y Formulación de Casos Clínicos	**Analizar y conceptualizar casos clínicos complejos presentados, utilizando el marco completo de la DBT (análisis en cadena, pirámide de tratamiento, principios dialécticos).**
Habilidades de Supervisión y Trabajo en Equipo (Equipo de Consultoría)	**Proporcionar y recibir feedback constructivo, validante y respetuoso entre pares, modelando la comunicación asertiva.**
Maestría Clínica y Aplicación Rigurosa del Modelo	**Integrar los fundamentos teóricos y prácticos de la DBT en la formulación y abordaje de casos reales.** **Reflexionar sobre los propios puntos fuertes y áreas de mejora en la aplicación del modelo, identificando necesidades de desarrollo profesional continuo.**

Temas:

Supervisión y consultoría sobre las Formulaciones de casos presentados. Dudas del examen. Preguntas generales.

4. Prácticas y rotaciones clínicas

Los alumnos participarán en prácticas internas dentro de la institución, incluyendo:

• Reuniones semanales del equipo DBT, observando y aportando en la formulación de casos y en la planificación de intervenciones.

• Participación en grupos de entrenamiento en habilidades DBT.

• Prácticas clínicas en duplas: coordinando un Taller de Trastornos de la Conducta Alimentaria (TCA) o Consumo Problemático (TUS).

5. Evaluación y certificación

• Asistencia mínima del 80%.

• Portafolio de aprendizaje (metas y objetivos, análisis en cadenas, hoja de registro diario, plan de seguridad, LRAMP completo).

• Trabajo grupal: Formulación de caso desde DBT.

• Evaluación individual.

6. Cambios realizados respecto al programa anterior

• Incorporación de la Dirección Académica de la Prof. Lic. Priscila Vázquez Gelvez, con lineamientos actualizados y enfoque por competencias.

• Reorganización del cronograma para priorizar progresión de habilidades clínicas mes a mes.

• Inclusión del módulo DBT-PE (trauma complejo), RO-DBT y prácticas en Tele-DBT (intervenciones virtuales seguras).

• Actualización metodológica: se agrega evaluación individual y la formulación de caso grupal, además de prácticas observadas dentro de la institución. También acompañamiento durante toda la trayectoria educativa.

• Implementación de rotaciones clínicas supervisadas en grupos de TCA y Consumo Problemático.

• Se reemplazan lecturas teóricas extensas por experiencias prácticas y observaciones con rúbricas de fidelidad.

• Rediseño pedagógico para alinearse con estándares del Linehan Institute y programas de Harvard, Emory y Columbia.