

ESTRÉS

PROYECTO EDITORIAL
PSICOLOGÍA CLÍNICA

Serie:
GUÍAS DE INTERVENCIÓN

Directores:
Manuel Muñoz López
Carmelo Vázquez Valverde



Queda prohibida, salvo excepción prevista en la ley, cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública y transformación de esta obra sin contar con autorización de los titulares de la propiedad intelectual. La infracción de los derechos mencionados puede ser constitutiva de delito contra la propiedad intelectual (arts. 270 y sigs. Código Penal). El Centro Español de Derechos Reprográficos (www.cedro.org) vela por el respeto de los citados derechos.

ESTRÉS

MARÍA CRESPO
FRANCISCO J. LABRADOR



Consulte nuestra página web: www.sintesis.com
En ella encontrará el catálogo completo y comentado

Diseño de cubierta: JV Diseño gráfico

© María Crespo
Francisco J. Labrador

© EDITORIAL SÍNTESIS, S. A.
Vallehermoso, 34. 28015 Madrid
Teléfono: 91 593 20 98
<http://www.sintesis.com>

ISBN: 84-9756-107-4
Depósito Legal: 36.493-2003
Impreso en España. Printed in Spain

Reservados todos los derechos. Está prohibido, bajo las sanciones penales y el resarcimiento civil previstos en las leyes, reproducir, registrar o transmitir esta publicación, íntegra o parcialmente, por cualquier sistema de recuperación y por cualquier medio, sea mecánico, electrónico, magnético, electroóptico, por fotocopia o cualquier otro, sin la autorización previa por escrito de Editorial Síntesis, S. A.

Índice

Capítulo 1. Introducción.....	9
1.1. Descripción clínica de los problemas de estrés	13
1.2. Problemas relacionados con el estrés en el DSM-IV.	14
1.2.1. <i>Trastornos de ajuste o adaptativos.....</i>	15
1.2.2. <i>Factores psicológicos que afectan a la condición médica.....</i>	17
1.2.3. <i>Problemas psicosociales y ambientales: eje IV.....</i>	18
1.3. Problemas relacionados con el estrés en la CIE-10 ...	20
1.4. Curso de los problemas de estrés.....	23
1.5. Epidemiología de los problemas de estrés.....	25
Cuadro resumen	26
Exposición de un caso clínico	28
Preguntas de autoevaluación.....	32
Capítulo 2. Etiología del estrés.....	35
2.1. Condiciones ambientales generadoras de estrés	36
2.2. La respuesta de estrés.....	39
2.2.1. <i>Nivel cognitivo.....</i>	39
2.2.2. <i>Nivel fisiológico</i>	43
2.2.3. <i>Nivel motor: conductas de afrontamiento</i>	45
2.3. Variables moduladoras de la respuesta de estrés.....	48
2.4. Modelos explicativos del estrés	51
2.4.1. <i>Modelos basados en la respuesta</i>	51
2.4.2. <i>Modelos basados en el estímulo</i>	53
2.4.3. <i>Modelos procesuales o dinámicos</i>	54
2.5. Propuesta de un modelo explicativo del estrés.....	56

Cuadro resumen	58
Explicación causal del caso clínico.....	63
Preguntas de autoevaluación.....	67
Capítulo 3. Evaluación del estrés	69
3.1. Aspectos a evaluar y objetivos	69
3.2. Instrumentos de evaluación	70
3.2.1. Entrevistas estructuradas y semiestructuradas	70
3.2.2. Cuestionarios	78
3.2.3. Observación y autoobservación.....	101
3.2.4. Registros psicofisiológicos: elaboración de un perfil de estrés.....	104
3.3. Formulación de los problemas de estrés.....	108
Cuadro resumen	110
El proceso de evaluación del caso clínico	113
Preguntas de autoevaluación	118
Capítulo 4. Tratamiento I: guía para el terapeuta	121
4.1. Objetivos básicos en el tratamiento de los problemas de estrés	121
4.2. Intervención farmacológica en problemas de estrés ...	123
4.3. Técnicas de intervención psicológica en problemas de estrés.....	125
4.3.1. Técnicas para la modificación de las situaciones estresantes.....	125
4.3.2. Técnicas para la modificación de las respuestas de estrés.....	134
4.4. Programas de intervención con apoyo empírico para el tratamiento de los problemas de estrés: el entrenamiento en inoculación de estrés.....	193
Cuadro resumen	200
El proceso de intervención del caso clínico	219
Preguntas de autoevaluación	219
Capítulo 5. Tratamiento II: guía para el paciente	219
5.1. Explicación del problema: ¿qué son el estrés y los trastornos asociados?	219

5.2. Objetivos terapéuticos.....	224
5.3. Descripción de las técnicas a utilizar	226
5.3.1. <i>Técnicas para el control de las respuestas fisiológicas</i>	226
5.3.2. <i>Técnicas para el control de las respuestas cognitivas</i>	228
5.3.3. <i>Técnicas para el control de las respuestas motoras</i>	239
5.4. Esquema básico de intervención.....	246
Clave de respuestas	249
Lecturas recomendadas y bibliografía	251