

Formación para profesionales

FORMACIÓN ESPECIALIZADA EN EPR PARA EL TOC

Inicia: lunes 2 de marzo (2026)

Duración: 9 meses



Inscripciones
+51 925 612 799



@marcosocha.pbe

I. DESCRIPCIÓN

La Formación Especializada en EPR para el TOC está diseñada para profesionales de la salud mental que deseen especializarse en el tratamiento del Trastorno Obsesivo Compulsivo (TOC) desde un enfoque práctico y basado en la evidencia. Este programa integral cubre desde los fundamentos esenciales hasta técnicas avanzadas, guiando a los participantes en el desarrollo de habilidades para evaluar, diagnosticar y tratar el TOC mediante la Exposición y Prevención de Respuesta (EPR). Los asistentes aprenderán a manejar desde casos leves hasta refractarios, explorando estrategias específicas para diferentes subtipos de TOC y comorbilidades. Ideal tanto para quienes inician su formación como para terapeutas experimentados que buscan perfeccionar sus intervenciones y obtener resultados duraderos en sus pacientes.

Solo en 3 países como Perú, Chile y México, la cantidad estimada de personas que viven con Trastorno Obsesivo-Compulsivo (TOC) oscila entre 1.83 y 3.66 millones en un año, considerando la prevalencia global del 1-2%. En Perú, entre 340,000 y 680,000 personas podrían estar afectadas; en Chile, entre 190,000 y 380,000; y en México, entre 1.3 y 2.6 millones. Estas cifras reflejan la importancia de mejorar el acceso a tratamientos basados en evidencia como la Exposición y Prevención de Respuesta (EPR), formar a más profesionales especializados. De hecho, son muy pocos los especialistas que trabajan el TOC con EPR de manera efectiva, hay muchos pacientes que necesitan acceso.

II. OBJETIVOS

- Desarrollar competencias clínicas para evaluar y diagnosticar el Trastorno Obsesivo Compulsivo (TOC) utilizando herramientas estandarizadas y estrategias diferenciales basadas en la evidencia.
- Capacitar a los participantes en el diseño e implementación de tratamientos efectivos mediante la aplicación de Exposición y Prevención de Respuesta (EPR), adaptada a diferentes subtipos de TOC y niveles de gravedad.
- Fomentar habilidades avanzadas para abordar casos complejos y comorbilidades, utilizando técnicas especializadas y estrategias innovadoras que optimicen la recuperación de los pacientes.
- Proporcionar una formación práctica y supervisada, permitiendo a los profesionales integrar el aprendizaje teórico en su práctica clínica con confianza y eficacia.



III. FECHAS, HORA, DURACIÓN Y PLATAFORMA

Inicio de clases: lunes 2 de marzo de 2026 – termina diciembre 2026

Duración: 2 horas x clase durante 9 meses (ver cronograma)

Hora: 6pm (Ciudad de México – Costa Rica - Honduras) // 7pm (Perú – Colombia – Ecuador - Panamá) // 8pm (Bolivia – Venezuela – Puerto Rico) // 9pm (Chile – Argentina – Uruguay)

Plataforma: Virtual mediante Zoom. Se enviará el link (liga) días antes y se creará un grupo de WhatsApp. Será grabado hasta 3 meses de haber finalizado el curso. Todos los alumnos tendrán un usuario de CANVAS para ver los materiales y actividades.

IV. ¿A QUIÉNES ESTÁ DIRIGIDO Y CUÁL ES LA METODOLOGÍA?

El programa está dirigido a profesionales de la salud mental, psiquiatras y psicólogos (no estudiantes de pregrado) interesados en atender casos de TOC de toda Latinoamérica. Tendremos compañeros de varios países.

Asimismo, tendremos intervenciones en vivo con aplicaciones prácticas en tiempo real. En ninguna otra formación se hacen intervenciones en vivo para el TOC, en esta sí. Las clases son sincrónicas, pero también asincrónicas para los que se les dificulte asistir en vivo. Todas las clases quedarán grabadas.

V. INVERSIÓN

OPCIÓN 1: PAGO EN 9 CUOTAS MENSUALES

- **9 CUOTAS DE \$85 USD (+ COMISIÓN DE PLATAFORMA)**

OPCIÓN 2: PAGO ÚNICO DE 695 USD (TIENE UN DESCUENTO POR PRONTO PAGO)

- **1 SOLO PAGO ÚNICO (PREGUNTAR EN EL LINK)**

• **MEDIOS DE PAGO:**

A. PAGOS POR PAYPAL (+COMISIÓN PAYPAL) Y GLOBAL 66 **PARA TODOS LOS PAÍSES**

B. **PARA PERÚ:** BCP, YAPE O PLIN.

C. **PARA CHILE:** BANCO DE CHILE O GLOBAL 66

VI. TEMARIO

1. EVALUACIÓN Y DIAGNÓSTICO

- Conceptos clave del TOC: obsesiones y compulsiones.
- Criterios diagnósticos según el DSM-5 y la CIE-11.
- Principales herramientas de evaluación clínica.
- Factores culturales y su impacto en el diagnóstico.

2. DIAGNÓSTICO DIFERENCIAL: TOC Y TRASTORNOS DE ANSIEDAD

- Diferencias entre TOC y trastorno de ansiedad generalizada (TAG).
- Diagnóstico diferencial con fobias específicas y sociales.
- TOC vs. trastorno de estrés postraumático (TEPT).
- Indicadores clínicos para evitar diagnósticos erróneos.

3. APLICACIÓN DEL Y-BOCS Y OTROS INSTRUMENTOS

- Uso del Y-BOCS: estructura y puntuación.
- Inventarios de evaluación adicionales (OCI-R).
- Entrevista semiestructurada vs. autoevaluación.
- Limitaciones y consideraciones al interpretar resultados.

4. MODELO COGNITIVO-CONDUCTUAL DEL TOC

- Origen y desarrollo del modelo cognitivo-conductual.
- Creencias disfuncionales y sesgos en el TOC.
- Relación entre pensamientos intrusivos y compulsiones.
- Casos clínicos ilustrativos del modelo.

5. BASES TEÓRICAS DE LAS TÉCNICAS DE EXPOSICIÓN

- Teoría del condicionamiento clásico y operante.
- Procesos de habituación y extinción en el TOC.
- Rol de las emociones en el aprendizaje.
- Diferencias entre exposición y evitación experiencial.

6. INTRODUCCIÓN A LA EPR

- Definición y objetivos principales de la EPR.
- Fundamentos teóricos que respaldan la EPR.
- Indicaciones y contraindicaciones de la técnica.
- Barreras comunes al inicio de la EPR y cómo superarlas.

7. PROCESAMIENTO EMOCIONAL Y EXPOSICIÓN POR HABITUACIÓN

- Rol del procesamiento emocional en la EPR.
- Concepto de habituación a estímulos temidos.
- Métodos para medir habituación en sesiones.
- Ejercicios prácticos para facilitar el procesamiento emocional.

8. EXPOSICIÓN POR APRENDIZAJE INHIBITORIO

- Diferencias entre habituación y aprendizaje inhibitorio.
- La reconsolidación de la memoria en el TOC.
- Diseño de exposiciones basadas en aprendizaje inhibitorio.
- Uso de discrepancias de expectativa para potenciar el cambio.

9. PSICOEDUCACIÓN A PACIENTES Y FAMILIARES

- Conceptos esenciales sobre el TOC para pacientes.
- Mitos comunes sobre el TOC y cómo desmentirlos.
- Beneficios de la psicoeducación en el tratamiento.
- Formatos efectivos para impartir psicoeducación.

10. ESTRATEGIAS PARA INVOLUCRAR A FAMILIARES EN LA EPR

- Impacto de la acomodación familiar en el TOC.
- Técnicas para reducir la participación de familiares en compulsiones.
- Rol del apoyo familiar en la motivación del paciente.
- Educación sobre límites saludables en la dinámica familiar.

11. EVALUACIÓN FUNCIONAL EN EL TOC

- Identificación de desencadenantes de obsesiones y compulsiones.
- Análisis de patrones de evitación y conductas de escape.
- Relación entre funciones conductuales y ciclos del TOC.
- Elaboración de hipótesis funcionales como base para la EPR.

12. EVALUACIÓN DE SÍNTOMAS Y JERARQUÍA DE EXPOSICIÓN

- Técnicas para identificar obsesiones y compulsiones clave.
- Priorización de estímulos según impacto clínico.
- Elaboración de jerarquías de exposición individualizadas.
- Revisión y ajustes en la jerarquía durante el tratamiento.

13. EXPOSICIÓN AL PENSAMIENTO I

- Naturaleza de los pensamientos intrusivos en el TOC.
- Técnicas para confrontar pensamientos obsesivos.
- Exposición con canto, escritura, ridiculización y otros
- Relación entre exposición al pensamiento y habituación.

14. EXPOSICIÓN AL PENSAMIENTO II

- Introducción de variantes más complejas de los pensamientos intrusivos.
- Uso de metáforas y narrativas para confrontar el contenido obsesivo.
- Estrategias para manejar la "fusión pensamiento-acción".
- Ejercicios prácticos de exposición prolongada al pensamiento.

15. EXPOSICIÓN A LA IMAGINACIÓN I

- Uso de la imaginación como herramienta terapéutica.
- Diseño de ejercicios de exposición imaginaria.
- Texto – guion de exposición – exposure script
- Métodos para evaluar la eficacia de la exposición imaginaria.

16. EXPOSICIÓN A LA IMAGINACIÓN II

- Ampliación de escenas temidas con mayor detalle sensorial.
- Confrontación de narrativas catastróficas persistentes.
- Integración de exposición imaginaria con exposiciones en vivo.
- Evaluación del impacto emocional y cognitivo tras las sesiones.

17. EXPOSICIÓN AUDIOVISUAL

- Uso de videos e imágenes como estímulos de exposición.
- Creación de materiales audiovisuales personalizados para el paciente.
- Manejo de la intensidad emocional en exposición audiovisual.
- Incorporación de multimedia en la jerarquía de exposición.

18. EXPOSICIÓN EN VIVO I

- Identificación de contextos adecuados para la exposición en vivo.
- Planificación y preparación de sesiones de exposición en vivo.
- Monitoreo del nivel de ansiedad durante la práctica.
- Revisión y retroalimentación tras las exposiciones.

19. EXPOSICIÓN EN VIVO II

- Incremento gradual en la complejidad de los escenarios en vivo.
- Enfoque en estímulos temidos de alta intensidad.
- Incorporación de elementos imprevistos para aumentar la efectividad.
- Consolidación de aprendizajes para sesiones futuras.

20. EXPOSICIÓN INTEROCEPTIVA

- Concepto de exposición a sensaciones corporales en el TOC.
- Identificación de estímulos interoceptivos relevantes.
- Técnicas para inducir y sostener sensaciones físicas temidas.
- Beneficios de la exposición interoceptiva en subtipos específicos de TOC.



21. EXPOSICIÓN CON EA Y OTROS TIPOS DE EXPOSICIÓN

- Uso de la exposición con estrategias de afrontamiento (EA).
- Diseño de prácticas con elementos combinados de exposición.
- Aplicación en casos de TOC severo con conductas de evitación intensa.
- Evaluación del impacto en la reducción de compulsiones.

22. SATURACIÓN DE ÍTEMS Y EXPOSICIONES COMBINADAS

- Concepto de saturación de estímulos y su aplicación clínica.
- Diseño de sesiones con múltiples ítems de exposición simultánea.
- Técnicas para integrar varios tipos de exposición en una misma sesión.
- Evaluación del impacto de la saturación en la disminución de la ansiedad.

23. EPR EN TOC DE CONTAMINACIÓN

- Identificación de obsesiones relacionadas con contaminación.
- Diseño de jerarquías específicas para compulsiones de limpieza y evitación.
- Uso de exposición en vivo y gradual a estímulos contaminantes.
- Estrategias para abordar la percepción distorsionada de peligro.

24. EPR EN TOC DE FALSAS MEMORIAS

- Naturaleza de las obsesiones relacionadas con eventos imaginarios.
- Técnicas para abordar dudas sobre recuerdos pasados.
- Diseño de exposiciones basadas en la incertidumbre.
- Uso de scripts / guiones para confrontar escenarios catastróficos.

25. EPR EN JUST RIGHT Y SIMETRÍA

- Características específicas del TOC de "just right".
- Diseño de exposiciones para romper patrones de simetría y orden.
- Manejo de la incomodidad y el malestar sin compulsiones.
- Evaluación del progreso en la tolerancia a la imperfección.

26. EPR EN TOC DE DAÑO

- Identificación de obsesiones relacionadas con el temor a dañar a otros o a uno mismo.
- Uso de exposiciones conductuales para desactivar temores irracionales.
- Diseño de tareas centradas en la asunción de responsabilidad.
- Técnicas para desafiar la "fusión pensamiento-acción" (TAF).

27. EPR EN TOC MÁGICO SUPERSTICIOSO

- Naturaleza de las obsesiones relacionadas con creencias mágicas.
- Diseño de exposiciones específicas para conductas supersticiosas.
- Abordaje de rituales relacionados con eventos improbables.
- Estrategias para desafiar la percepción de causalidad mágica.

28. EPR EN TOC SEXUAL

- Manejo de obsesiones intrusivas de contenido sexual.
- Diseño de exposiciones respetuosas y éticamente manejadas.
- Estrategias para abordar la evitación, el asco relacionado, culpa y la vergüenza.
- Intervención en Groinal Response

29. EPR EN STEERING OCD

- Identificación de conductas de monitoreo y control excesivo.
- Diseño de tareas para interrumpir la supervisión constante.
- Uso de técnicas de exposición para fomentar la confianza en el entorno.
- Evaluación de progresos en la reducción de comportamientos de revisión.

30. EPR EN TOC RELIGIOSO

- Manejo de obsesiones relacionadas con la moralidad y la fe.
- Diseño de exposiciones que respeten creencias religiosas.
- Uso de scripts para desafiar la culpabilidad irracional.
- Evaluación del progreso en la reducción de compulsiones asociadas.

31. EPR EN TOC RELACIONAL

- Naturaleza de las obsesiones sobre relaciones interpersonales.
- Diseño de exposiciones para dudas relacionales persistentes.
- Abordaje de miedos a la pérdida, traición o abandono.
- Evaluación del impacto en la mejora de la calidad relacional.

32. ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN EN COMORBILIDADES DEL TOC

- Abordaje de trastornos de ansiedad concurrentes con TOC.
- Uso de EPR en casos con depresión coadyuvante.
- Intervención en pacientes con rasgos de personalidad complicados.
- Integración de terapias complementarias para comorbilidades.

33. NUEVAS TENDENCIAS Y AVANCES EN EPR

- Uso de realidad virtual y tecnología en la EPR para TOC.
- Incorporación de la terapia basada en aceptación y compromiso (ACT).
- Aplicación de la neurociencia en la mejora de la EPR.
- Herramientas digitales para seguimiento de pacientes en EPR.

34. INTERVENCIÓN EN TIB Y TOC REFRACTARIO

- Estrategias en Treatment Interfering Behavior (TIB)
- Abordaje de pacientes resistentes al tratamiento convencional.
- Uso combinado de farmacoterapia y EPR.
- Evaluación de técnicas alternativas para casos complejos.

SUPERVISIÓN

La supervisión de casos serán parte de todo el programa en la segunda hora.

ROLE PLAYING

Actividades grupales estarán disponibles durante todo el programa.



VII. SOBRE EL INSTRUCTOR

Psicólogo Marcos Ochoa (Perú)

@marcosochoa.pbe



- Psicólogo Clínico. Psicoterapeuta Conductual. Investigador
- Licenciado y Titulado en Psicología por la Universidad San Ignacio de Loyola – USIL.
- Especialización en Psicoterapia Cognitivo Conductual de INEICIPS.
- Maestría en Psicología Clínica y de la Salud en la UCT.
- Psicología Clínica de Universidad Andrés Bello – UNAB de Chile.
- Supervisor clínico de la Clínica ALTOC.
- Especialista en Exposición y Prevención de Respuesta (EPR) para el TOC y terapias de exposición para ansiedad. Especialista en modelos, técnicas y diseños conductuales.
- Miembro de la Asociación Latinoamericana del Trastorno Obsesivo Compulsivo - ALTOC.
- Investigador principal de LATINO OCD Genomics de Baylor College of Medicine y University of North Carolina.
- Miembro de la International OCD Foundation (Fundación Internacional del TOC) de los Estados Unidos. Ganador de beca otorgada por el BTTI de IOCDF patrocinado OCD Texas.
- Colaborador de actividades permanentes de la IOCDF.
- Entrenado y certificado por el Behavior Therapy Training Institute (BTTI) para el tratamiento del TOC de la IOCDF de los Estados Unidos.
- Miembro del Comité Organizador del I Congreso Latinoamericano del TOC: LATINO LIMA 2022 y el II Congreso Latinoamericano del TOC: LATINO LIMA 2023, LATINO ASUNCIÓN 2026.
- Co-director del Entrenamiento Intensivo en TOC – EITOC de ALTOC.
- Más de 370 talleres y cursos acerca del TOC realizados con éxito. Más de 300 personas con TOC, TEPT y FE, recuperadas con éxito.
- Co-autor del libro Trastorno obsesivo-compulsivo: Etiología, fenomenología, y tratamiento (Spanish Edition) con Caleb Lack. <https://goo.su/R0yd>
- Co-autor del libro EPR para el TOC con Eric Storch (en proceso).

VIII. SOBRE INFORMES

CONTACTAR A ASISTENTE GINA AL WHATSAPP +51925612799

[HTTPS://WA.LINK/LSTFRU](https://wa.link/lstfru)

ASUNTO: “FORMACIÓN EN EPR 2026”



IX. NOTAS IMPORTANTES

- **Política de reembolso:** No se realizan devoluciones de dinero bajo ninguna circunstancia.
- **Cupos limitados:** La asignación de cupos es por orden de llegada. Antes de realizar tu inscripción, consulta con la asistente si aún hay vacantes disponibles.
- **Formas de pago:** Puedes realizar el pago a través de: PayPal o Global66 (disponible para todos los países).
- Transferencia bancaria (Banco de Chile) si estás en Chile. BCP, Interbank, Yape o Plin si estás en Perú
- **Certificación:** La inversión incluye la certificación, la cual se otorga tras la evaluación y aprobación del examen estandarizado STOC-AL Nivel 2, que se realizará en diciembre de 2026
- **Acceso a clases:** Todas las clases quedarán grabadas y disponibles hasta 3 meses después de finalizado el programa.
- **Grupo de estudio:** Se ofrecerá un grupo de estudio clínico opcional, con revisión de casos y lecturas complementarias.
- **Términos y condiciones:** Para completar tu inscripción, deberás aceptar los términos y condiciones establecidos en el formulario correspondiente.

X. CRONOGRAMA DE CLASES

PROGRAMACIÓN DE FORMACIÓN					
Sesión	Horas	Módulo	Tema	Fecha	Hora (Per - Col - Ecu)
1	2	1. Fundamentos y evaluación en TOC	Evaluación y diagnóstico	02/03/2026	7pm
2	2		Diagnóstico diferencial: TOC y trastornos de ansiedad	09/03/2026	7pm
3	2		Aplicación del Y-BOCS y otros instrumentos	16/03/2026	7pm
4	2		Modelo cognitivo-conductual del TOC	23/03/2026	7pm
5	2	2. Bases teóricas y enfoques de EPR	Bases teóricas de las técnicas de exposición	30/03/2026	7pm
6	2		Introducción a la EPR	06/04/2026	7pm
7	2		Procesamiento emocional y exposición por habituación	13/04/2026	7pm
8	2		Exposición por aprendizaje inhibitorio	20/04/2026	7pm
9	2	3. Psicoeducación y planeamiento	Psicoeducación a pacientes y familiares	27/04/2026	7pm
10	2		Estrategias para involucrar a familiares en la EPR	04/05/2026	7pm
11	2		Evaluación funcional en el TOC	11/05/2026	7pm
12	2		Evaluación de síntomas y jerarquía de exposición	18/05/2026	7pm



Sesión	Horas	Módulo	Tema	Fecha	Hora (Per - Col - Ecu)
13	2	4. Técnicas de exposición	Exposición al pensamiento I	25/05/2026	7pm
14	2		Exposición al pensamiento II	01/06/2026	7pm
15	2		Exposición a la imaginación I	08/06/2026	7pm
16	2		Exposición a la imaginación II	15/06/2026	7pm
17	2		Exposición audiovisual	22/06/2026	7pm
18	2		Exposición en vivo I	29/06/2026	7pm
19	2		Exposición en vivo II	06/07/2026	7pm
20	2		Exposición interoceptiva	13/07/2026	7pm
21	2		Exposición con EA y otros tipos de exposición	17/08/2026	7pm
22	2		Saturación de ítems y exposiciones combinadas	24/08/2026	7pm
23	2	5. EPR en temáticas específicas	EPR en TOC de contaminación	31/08/2026	7pm
24	2		EPR en TOC de falsas memorias	07/09/2026	7pm
25	2		EPR en just right y simetría	14/09/2026	7pm
26	2		EPR en TOC de daño	21/09/2026	7pm
27	2		EPR en TOC mágico supersticioso	28/09/2026	7pm
28	2		EPR en TOC sexual	05/10/2026	7pm
29	2		EPR en stearing OCD	12/10/2026	7pm
30	2		EPR en TOC religioso	19/10/2026	7pm
31	2		EPR en TOC relacional	26/10/2026	7pm



Sesión	Horas	Módulo	Tema	Fecha	Hora (Per - Col - Ecu)
32	2	6. Avances y estrategias para casos complejos	Estrategias de intervención en comorbilidades del TOC	2/11/2026	7pm
33	2		Nuevas tendencias y avances en EPR	9/11/2026	7pm
34	2		Intervención en TIB y TOC refractario	16/11/2026	7pm

Libro Trastorno obsesivo-compulsivo: Etiología, fenomenología, y tratamiento (Spanish Edition) con Caleb Lack.



[HTTPS://GOO.SU/R0YD](https://goo.su/R0YD)