

ADIPA



DIPLOMADO:

Diplomado Internacional en Terapia Dialéctica Conductual (DBT): Fundamentos, habilidades y técnicas psicoterapéuticas

Marzo 2026



ÍNDICE

- 01 ● **Sobre ADIPA**
- 02 ● **Sobre USJ**
- 03 ● **Únete a la comunidad ADIPA**
- 04 ● **Fundamentación Técnica**
- 05 ● **Descripción del Programa**
 - ¿A quién va dirigido?
 - Objetivos
 - Requisitos de Aprobación
- 06 ● **Información general**
- 07 ● **Contenidos del Diplomado**
- 08 ● **Equipo Docente**
- 09 ● **Inscríbete aquí**

Sobre ADIPA

Somos **la plataforma líder en educación online especializada en psicología, salud mental y disciplinas afines**, dirigida a profesionales y estudiantes del área psicosocial. Desde 2020 hemos consolidado una comunidad de aprendizaje en Latinoamérica, ofreciendo cursos, diplomados y programas de formación continua que responden a los desafíos actuales de la práctica clínica, educativa y comunitaria. Nuestro propósito es claro: **mejorar la salud mental del mundo**, impulsando el crecimiento profesional de quienes trabajan día a día en el bienestar de las personas y sus comunidades.

Contamos con una **oferta académica diversa**, que integra la experiencia de docentes nacionales e internacionales y combina conocimientos actualizados, basados en evidencia, con un enfoque práctico que permite aplicar lo aprendido directamente en el ejercicio profesional. Cada programa está diseñado para fortalecer competencias, ampliar horizontes laborales y generar un impacto positivo en quienes participan, siempre bajo un estándar de calidad y acompañamiento permanente.

Te invitamos a conocer este programa de estudio, que te brindará **herramientas clave para tu desarrollo profesional** y te ayudará a alcanzar tus metas y sueños.



Sobre USJ

Todos nuestros programas en México cuentan con el respaldo de la Universidad Sämänn de Jalisco. Al aprobar nuestros programas se te entregará una constancia con validez curricular, ante la Secretaría de Educación.

La Universidad Sämänn de Jalisco, cuenta con más de 44 años de experiencia educativa. Se dedica a la formación de estudiantes innovadores, creativos, fuertes, capaces y competitivos. Contribuimos al desarrollo integral de profesionales de excelencia académica, para que, con pensamiento crítico, sentido innovador y emprendedor transformen el contexto nacional e internacional, desde la base del conocimiento científico y tecnologías aplicadas al conocimiento, en el marco de respeto a los derechos humanos, educación laica y desarrollo sostenible.



Únete a la Comunidad ADIPA



Flexibilidad en el aprendizaje: Obtendrás múltiples recursos y metodologías innovadoras de aprendizaje virtual, para que puedas acceder desde cualquier lugar del mundo. Si bien, las clases son en vivo, podrás acceder a las grabaciones en el aula virtual durante todo el programa.



Docentes altamente reconocidos: Estudiarás junto a profesionales de alto nivel, líderes y referentes a nivel nacional e internacional. Podrás realizar consultas en las clases, o en los foros de preguntas disponibles para cada sesión.



Acceso al Aula Virtual: Dispondrás en todo momento de un aula virtual, donde podrás interactuar con diversas(os) estudiantes, docentes y revisar todo el material que tenemos preparado para ti.



Programas Acreditados: Contamos con acreditación nacional en México ante la Secretaría de Educación Pública. Contamos con más de 9 años de experiencia en educación online.



Fundamentación Técnica

La salud mental es uno de los principales desafíos de salud pública a nivel mundial. Según la Organización Mundial de la Salud (2023), una de cada ocho personas vive con algún trastorno de salud mental. Entre ellos, los trastornos asociados a la desregulación emocional, como el Trastorno Límite de la Personalidad (TLP), destacan por su complejidad clínica debido a su impacto en la calidad de vida, el elevado riesgo suicida y la alta utilización de los servicios sanitarios.

La Terapia Dialéctico-Conductual (DBT), desarrollada por Marsha Linehan en la década de 1990, es actualmente la intervención con mayor respaldo empírico para el TLP y la reducción de conductas autolesivas y suicidas (Linehan, 1993; Bohus et al., 2021). Su propuesta no se limita a favorecer la estabilidad clínica, sino que plantea como objetivo ayudar a los pacientes a construir una vida que valga la pena ser vivida, aportando un marco terapéutico esperanzador y estructurado.

Formar profesionales en DBT amplía la disponibilidad de tratamientos efectivos, mejora el pronóstico de casos complejos y optimiza el uso de los recursos en salud mental. Este diplomado ofrece una formación teórico-práctica integral en los principios, estrategias y habilidades de la DBT, permitiendo a los participantes incorporar este enfoque en su práctica clínica y contribuir al fortalecimiento de los resultados terapéuticos de sus pacientes.



Descripción del Programa



El **Diplomado Internacional en Terapia Dialéctico-Conductual (DBT)** entrega a los profesionales de la salud mental una formación integral en el modelo con mayor evidencia empírica para el abordaje de la desregulación emocional severa, las conductas suicidas y autolesivas, y el Trastorno Límite de la Personalidad. El programa aborda los cuatro módulos de habilidades de la DBT (Mindfulness, tolerancia al malestar, regulación emocional y eficacia interpersonal), junto con estrategias de intervención individual, coaching telefónico y trabajo en equipo de consultoría.

Con un enfoque aplicado y experiencial, el diplomado combina teoría, análisis de casos, ejercicios prácticos y role-plays supervisados que aseguran una preparación transferible a la práctica clínica. El cuerpo docente, conformado por especialistas con formación en DBT y experiencia clínica, ofrece una guía cercana y actualizada para que los participantes fortalezcan sus competencias profesionales y logren implementar intervenciones eficaces con personas que presentan alta desregulación emocional.

¿A quién va dirigido?

Este diplomado está dirigido a profesionales de la salud mental que trabajan, o buscan trabajar, con personas que presentan dificultades severas de regulación emocional, conductas autolesivas, riesgo suicida o diagnóstico de Trastorno Límite de la Personalidad. Está especialmente recomendado para psicólogos/as clínicos y de la salud, psiquiatras, médicos y enfermeros con experiencia en salud mental, así como para estudiantes de últimos años de estas carreras que deseen adquirir herramientas especializadas y basadas en la evidencia para su futura práctica clínica.

Objetivos:

Generales:

Fortalecer las competencias profesionales para implementar la Terapia Dialéctico Conductual (DBT), integrando sus fundamentos teóricos, estrategias de intervención y entrenamiento en habilidades, con el fin de abordar de manera efectiva la desregulación emocional, las conductas autolesivas y el riesgo suicida en distintos contextos clínicos.

Específicos:

- ✓ Reconocer los fundamentos teóricos y filosóficos de la DBT.
- ✓ Comprender la estructura y funciones de cada componente del tratamiento.
- ✓ Practicar habilidades de mindfulness orientadas a la conciencia y la atención plena.
- ✓ Aplicar estrategias de tolerancia al malestar en contextos de crisis clínica.
- ✓ Entrenar habilidades de regulación emocional para favorecer la gestión de emociones intensas.
- ✓ Desarrollar competencias en eficacia interpersonal para mejorar la comunicación y el manejo de conflictos.
- ✓ Diseñar planes de tratamiento integrando terapia individual, entrenamiento en habilidades y coaching telefónico.
- ✓ Evaluar la efectividad de las intervenciones ajustando estrategias según el progreso del paciente.
- ✓ Integrar el trabajo en equipo de consultoría como recurso de apoyo clínico y autocuidado profesional.

Requisitos de Aprobación

El estudiante deberá rendir un total de 6 evaluaciones, correspondientes a cada módulo del programa, todas con la misma ponderación para el cálculo del promedio final. La nota mínima de aprobación será de 6, en una escala de 1 a 10.

Cada evaluación consistirá en una prueba de selección múltiple con respuesta única, compuesta por 20 a 25 preguntas, que deberán contestarse directamente en el aula virtual. Las evaluaciones estarán disponibles por un período de 30 días y podrán rendirse a partir del término de la última clase de cada módulo.



Cada evaluación cuenta con una única oportunidad de rendición.



Información General

Modalidad:



Sesiones 100% online en modalidad sincrónica, a través de Zoom en vivo. Sin embargo, si por algún motivo no puedes asistir, podrás revisarlas de manera asincrónica accediendo a las grabaciones disponibles en nuestra Aula Virtual. Ver las sesiones de forma asincrónica no afecta en ningún caso tus calificaciones.

Aula Virtual:



El diplomado se desarrolla en nuestra plataforma e-learning, contando con material complementario, foro de consultas, soporte informático, mesa de ayuda (sac@adipa.mx), biblioteca virtual sin costo adicional, evaluación en línea, curso gratis en tu cumpleaños y acompañamiento constante.

Certificación:



El certificado de aprobación y/o participación es emitido por, ADIPA y la Universidad Sämänn de Jalisco, por lo que al terminar tu programa, recibirás una constancia con validez curricular, ante la Secretaría Pública de Educación (SEP).

Acceso a Biblioteca Virtual:



Los alumnos tendrán un acceso seguro a todos los recursos de enseñanza en nuestra biblioteca virtual. De este modo promovemos una mejor experiencia de aprendizaje.



¿Quieres saber más?

Más información aquí



Contenidos del Diplomado

Los contenidos serán impartidos en 6 módulos de aprendizaje, correspondiente a 80 horas de clases en vivo, En caso de no poder asistir, las clases quedarán grabadas y disponibles en el aula virtual.

* NOTA: El orden y docentes de los módulos están sujetos a modificación ante dificultades de fuerza mayor.

Eje 1: Introducción a la DBT

Módulo 1

¿Qué es la Terapia Dialéctica Conductual (DBT)?

Fecha: 07/03/2026 - 14/03/2026

Eje 2: Entrenamiento en Habilidades

Módulo 2

Mindfulness

Fecha: 21/03/2026 - 31/03/2026

Módulo 3

Tolerancia al malestar

Fecha: 11/04/2026 - 02/05/2026

Módulo 4

Regulación emocional

Fecha: 09/05/2026 - 23/04/2026

Módulo 5

Eficacia Interpersonal

Fecha: 30/05/2026 - 13/06/2026

Eje 3: Habilidades del terapeuta

Módulo 6

Habilidades del terapeuta

Fecha: 20/06/2026 - 18/07/2026



CLASE 1

MÓDULO 1

Fundamentos teóricos.



Sábado 07 de Marzo, de 06:00 a 10:00 horas.



Mtra. María Usoz Barriuso

Contenidos:

- Presentación del diplomado y su estructura.
- Introducción a la DBT, momento histórico, autora, origen, desarrollo y evolución de la población.
- Terapia basada en la evidencia y sus resultados.



Estructura de la Terapia Dialéctica Conductual (DBT).



Sábado 14 de Marzo, de 06:00 a 10:00 horas.



Mtra. María Usoz Barriuso

Contenidos:

- Introducción a los cuatro pilares de la DBT.
 - Grupo de habilidades, terapia individual, grupo de consultoría y coaching telefónico.
- Fases del tratamiento.
- Jerarquía de los objetivos terapéuticos.
- Explicar la desregulación emocional.
- Explicar el Modelo biosocial.



CLASE 3

MÓDULO 2 

Introducción al Mindfulness.



Sábado 21 de Marzo, de 06:00 a 10:00 horas.



Dra. Bárbara Porter

Contenidos:

- Primer acercamiento al mindfulness, qué es el mindfulness.
- Habilidades centrales de mindfulness (mente sabia, racional y emocional, caminando por el sendero del medio y medios hábiles).

CLASE 4

MÓDULO 2 

Habilidades “qué” de Mindfulness.



Sábado 28 de Marzo, de 06:00 a 10:00 horas.



Mtra. Nicole Maldavsky

Contenidos:

- Revisión teórica y práctica de:
 - Habilidad de observar.
 - Habilidades de describir.
 - Habilidades para participar.

Habilidades “cómo” de Mindfulness.



Martes 31 de Marzo, de 15:00 a 19:00 horas.



Mtra. Nicole Maldavsky

Contenidos:

- Revisión teórica y práctica de:
 - Habilidad sin juzgar.
 - Habilidad una cosa a la vez.
 - Habilidad siendo efectivo.



CLASE 6

MÓDULO 3 

Introducción a las habilidades de tolerancia al malestar.



Sábado 11 de Abril, de 07:00 a 11:00 horas.



Mtra. Juliana Racines

Contenidos:

- Revisión teórica y práctica de:
 - Gráfica nivel de tensión.
 - Dónde se encuentran las habilidades según su categoría.
 - Destacar la importancia de encadenar habilidades.
 - Introducción de este bloque de habilidades y su objetivo.
 - Comenzar con la habilidad Stop.

CLASE 7

MÓDULO 3 

Tolerancia al malestar, Parte I.



Sábado 18 de Abril, de 07:00 a 11:00 horas.



Mtra. Juliana Racines

Contenidos:

- Revisión teórica y práctica de habilidades de supervivencia:
 - Habilidad TIP.
 - Habilidad pros y contras.

CLASE 8

MÓDULO 3 

Tolerancia al malestar, Parte II.



Sábado 25 de Abril, de 07:00 a 11:00 horas.



Mtra. Juliana Racines

Contenidos:

- Revisión teórica y práctica de las habilidades de supervivencia:
 - Habilidad distráete con mente sabia: aceptas.
 - Habilidad para calmarse con los 5 sentidos.
 - Habilidad mejorar el momento.

CLASE 9

MÓDULO 3 

Tolerancia al malestar, Parte III.



Sábado 02 de Mayo, de 07:00 a 11:00 horas.



Mtra. Juliana Racines

Contenidos:

- Revisión teórica y práctica de las habilidades de aceptación de la realidad:
 - Habilidad de aceptación radical.
 - Habilidad de redireccionar la mente.
 - Habilidad de disposición abierta.
 - Habilidad de media sonrisa y manos dispuestas.
 - Habilidad de mindfulness de los pensamientos actuales.

CLASE 10

MÓDULO 4 

Introducción a las habilidades de regulación emocional: comprendiendo las emociones.



Sábado 09 de Mayo, de 07:00 a 11:00 horas.



Dra. Bárbara Porter

Contenidos:

- Introducción a las habilidades y sus objetivos.
- Qué es la regulación y desregulación emocional.
- Identificación, comprensión y etiquetas de las emociones.
- Función de las emociones.

CLASE 11

MÓDULO 4 

Regulación emocional, Parte I.



Sábado 16 de Mayo, de 09:00 a 13:00 horas.



Mtra. Nicole Maldavsky

Contenidos:

- Revisión teórica y práctica de las habilidades de regulación emocional:
 - Habilidad CUIDA.
 - Manejo de emociones extremas: mindfulness de las emociones e identificación del punto de quiebre.
 - Habilidad de verificación de los hechos.

Regulación emocional, Parte II.



Sábado 23 de Mayo, de 07:00 a 11:00 horas.



Mtra. Nicole Maldavsky

Contenidos:

- Revisión teórica y práctica de las habilidades de regulación emocional:
 - Habilidades de acción opuesta.
 - Habilidad de resolución de problemas.
 - Habilidad de acumular emociones positivas.
 - Habilidad de construir competencia.
 - Habilidad anticiparse.



CLASE 13

MÓDULO 5 

Introducción a las habilidades de eficacia interpersonal.



Sábado 30 de Mayo, de 07:00 a 11:00 horas.



Dra. Anna Pedrola

Contenidos:

- Introducción a las habilidades y sus objetivos.
 - Dialéctica.
 - Validación.
 - Estrategias de cambio conductual.
 - Habilidades para construir nuevas relaciones y acabar con las destructivas.

CLASE 14

MÓDULO 5 

Estrategias para la efectividad en la comunicación interpersonal.



Sábado 06 de Junio, de 07:00 a 11:00 horas.



Dra. Anna Pedrola

Contenidos:

- Revisión teórica y práctica de la habilidad de efectividad en los objetivos, DEAR MAN. Conocer situaciones en la que la habilidad es muy útil y puede ser beneficiosa para nuestros pacientes.

Habilidad de efectividad en las relaciones y el auto-respeto.



Sábado 13 de Junio, de 07:00 a 11:00 horas.



Dra. Anna Pedrola

Contenidos:

- Revisión teórica y práctica de la habilidad de efectividad en las relaciones:
 - GIVE y mitos en las relaciones.
- Revisión teórica y práctica de la habilidad de efectividad en el auto-respeto:
 - FAST.



CLASE 16

MÓDULO 6 

Estrategias fundamentales de DBT, Parte I.



Sábado 20 de Junio, de 07:00 a 11:00 horas.



Lic. Carolina Moraga

Contenidos:

- Estrategias dialécticas.
- Tensiones dialécticas típicas:
 - Disposición abierta vs terquedad.
 - El bueno vs el malo.
 - Contenido vs proceso.
 - Seguir las reglas vs reforzar la asertividad.

CLASE 17

MÓDULO 6 

Estrategias fundamentales de DBT, Parte II.



Sábado 27 de Junio, de 07:00 a 11:00 horas.



Lic. Carolina Moraga

Contenidos:

- Estrategias de validación de los seis niveles, más alentar y la validación funcional.
- Resolución de problemas (procedimiento de gestión de contingencias, aplicar contingencias de refuerzo, reforzadores naturales, modelado y extinción y castigo).

CLASE 18

MÓDULO 6 

Estrategias fundamentales de DBT, Parte III.



Sábado 04 de Julio, de 07:00 a 11:00 horas.



Lic. Carolina Moraga

Contenidos:

- Estrategias de estilísticas.
- Comunicación recíproca e irreverente.
- Estrategias integradoras.
- Estrategias de manejo de casos.

CLASE 19

MÓDULO 6 

Protocolo de suicidio y autolesión.



Sábado 11 de Julio, de 07:00 a 11:00 horas.



Dra. Anna Pedrola

Contenidos:

- Cómo evaluar el riesgo.
- Conocer posibles intervenciones.
- Plan de seguridad.

Grupo de consultoría y coaching telefónico.



Sábado 18 de Julio, de 07:00 a 11:00 horas.



Mtra. María Usoz Barriuso

Contenidos:

- Desarrollo y objetivos del grupo de consultoría.
- Objetivo del coaching telefónico.
- Cierre.



Equipo Docente

Mtra. María Usoz Barriuso

Directora Diplomado



- Psicóloga Clínica de la Universidad Francisco de Vitoria.
- Máster en Psicología Clínica de la Universidad de Villanueva.
- Extensa formación en DBT para tratar adicciones, para el manejo de autolesiones y riesgo suicida, con la Asociación Española de DBT.
- Certificada en EMDR Level I Training por el Instituto Español de EMDR.
- Psicóloga colaboradora y terapeuta Individual bajo el modelo DBT, del centro DBT-Madrid.
- Docente Universitaria de la Universidad Villanueva.
- Amplia experiencia como terapeuta individual y grupal de centros como la Asociación Nacional de Psicólogos en Acción, CIPREA Integral e ITA Salud Mental.

Equipo Docente



Dra. Anna Pedrola

Psicóloga Clínica, Universidad Autónoma de Barcelona. Máster en Investigación e Intervención Psicosocial, Universidad Autónoma de Barcelona. Máster en Intervención Asistida con Animales, Universidad Internacional de Andalucía. Máster en Terapias Psicológicas de Tercera Generación, Universidad Internacional de Valencia. Doctora en Investigación en Ciencias Médico-Quirúrgicas, Universidad Complutense de Madrid. Formación especializada en DBT, Asociación Española de DBT. Personal Investigadora Temporal en Consorcio SURVIVE y proyecto MeMind, entre otros, Universidad Complutense de Madrid, España. Docente Universitaria para cátedras de Pre y Postgrado, Universidad Complutense de Madrid, España. Autora de la Guía de Acompañamiento en el Ingreso a un Centro Penitenciario, España.



Mtra. Juliana Racines

Psicóloga clínica, Universidad Autónoma de Madrid. Máster en Psicología General Sanitaria, Universidad Villanueva. Especialización en Intervención Psicológica del niño y adolescente, Universidad Autónoma de Madrid. Especialización en DBT, Asociación Española de DBT. Estudios complementarios sobre Primeros Auxilios Psicológicos (PAP), Universitat Autònoma de Barcelona. Estudios complementarios de DBT para el manejo de las autolesiones y el riesgo suicida, Asociación Española de DBT (SP-DBT). Psicóloga clínica parte de equipo de apoyo social comunitario, EASC, Grupo 5, España. Psicóloga general sanitaria colaboradora en DBT-Madrid.



Dra. Barbara Porter

Psicóloga, Universidad Adolfo Ibáñez. Magíster en Psicología Clínica – Terapia Cognitivo-Conductual y Conductual Dialéctica, Universidad de Los Andes. Doctora en Psicología, Universidad de Concepción. Docente e investigadora en UAI (2009–2024). Docente investigadora en Universidad San Sebastián (2024–presente). Investigadora asistente en Fondecyt 11230864. Investigadora principal en proyectos IPSUSS y FONIS sobre salud mental y bienestar.



Mtra. Nicole Maldavsky

Licenciada en Psicología, Universidad Diego Portales. Máster en Terapias Psicológicas de Tercera Generación, Universidad Internacional de Valencia. Diplomada en Mindfulness y Psicoterapia, Pontificia Universidad Católica de Chile. Formación intensiva en DBT, DBT Iberoamérica & Behavioral Tech. Especialista en Terapia Dialéctica-Conductual (DBT) para adolescentes y adultos. En la actualidad ejerce como terapeuta DBT en Centro clínico Mente Sana Psicología y en consulta particular. Ha trabajado en unidades de trastornos de personalidad, adicciones y atención policlínica, Hospital Clínico Universidad de Chile.

Equipo Docente



Lic. Carolina Moraga

Psicóloga, Universidad UNIACC. Asistente Social, Universidad de Concepción. Terapeuta Conductual Dialéctico, Universidad de Chile. Coordinadora del Diplomado en Terapia Conductual Dialéctica, Hospital del Salvador - U. de Chile. Entrenamiento intensivo en DBT por "The Linehan Institute Behavioral Tech"



Inscríbete aquí



Duración total

05 meses
80 horas de clases en vivo
240 horas certificadas.



Certificado por:

ADIPA



Modalidad:

100% online



Valor Normal:

\$12,000 MXN

Consulta por precios especiales
y descuentos grupales.

¡Inscríbete ahora!

Cupos Limitados

COMPRA AQUÍ
EL DIPLOMADO



¿Tienes dudas?

Te respondemos en tiempo real

HAZ CLICK AQUÍ
para tus consultas



Laura López
Coordinadora Académica

laura@adipa.mx