



**UNIVERSIDAD POLITÉCNICA SALESIANA**

**SEDE: QUITO**

**CARRERA DE PSICOLOGIA**

**ANÁLISIS DE LOS MODELOS DE INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA APLICADOS  
PARA REDUCIR LA ANSIEDAD Y DEPRESIÓN EN ADULTOS MAYORES  
DURANTE LA PANDEMIA POR COVID-19**

Trabajo de titulación previo a la obtención del

Título de Licenciada en Psicología

**AUTORA: KATHERINE MARGARITA LEMA VALLEJO**

**TUTORA: XIMÉNA DEL CONSUELO ANDRADE CACERES**

**QUITO-ECUADOR**

**2022**

## TRABAJO DE TITULACIÓN

Yo Katherine Margarita Lema Vallejo con documento de identificación N° 1726923855 manifiesto que:

Soy la autora y representante del presente trabajo; y, autorizo a que sin fines de lucro la Universidad Politécnica Salesiana puede usar, difundir, reproducir o publicar de manera total o parcial el presente trabajo de titulación.

15 de marzo del 2022

Atentamente

A square image showing a handwritten signature in blue ink. The signature is stylized and appears to be 'K. Lema Vallejo'.

---

Firma

**CERTIFICADO DE CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR DEL TRABAJO DE  
TITULACIÓN A LA UNIVERSIDAD POLITÉCNICA SALESIANA**

Yo, Katherine Margarita Lema vallejo con documento de identificación N° 1726923855, expreso mi voluntad y por medio del presente documento cedo a la Universidad Politécnica Salesiana la titulación sobre los derechos patrimoniales en virtud de que soy autora del Sistematización de experiencias de investigación del trabajo de titulación **ANÁLISIS DE LOS MODELOS DE INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA APLICADOS PARA REDUCIR LA ANSIEDAD Y DEPRESIÓN EN ADULTOS MAYORES DURANTE LA PANDEMIA POR COVID-19**, el cual ha sido desarrollado para optar por el título de Licenciada en Psicología, en la Universidad Politécnica Salesiana, quedando la Universidad facultada para ejercer plenamente los derechos cedidos anteriormente.

En concordancia con lo manifestado, suscribo este documento en el momento que hago la entrega del trabajo final en formato digital a la Biblioteca de La Universidad Politécnica Salesiana.

Quito, 15 de marzo del 2022



---

Katherine Margarita Lema Vallejo

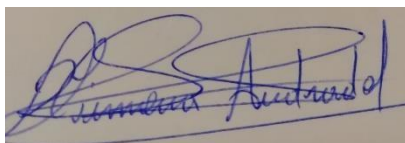
172692385

## CERTIFICADO DE DIRECCIÓN DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

Yo, XIMÉNA DEL CONSUELO ANDRADE CÁCERES con documento de identificación N° 1210020122, docente de la Universidad Politécnica Salesiana, declaro que bajo mi tutoría fue desarrollado el trabajo de titulación: ANÁLISIS DE LOS MODELOS DE INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA APLICADOS PARA REDUCIR LA ANSIEDAD Y DEPRESIÓN EN ADULTOS MAYORES DURANTE LA PANDEMIA POR COVID-19 realizado por Katherine Margarita Lema Vallejo con documento de identificación N° 1726923855 obteniendo como resultado final el trabajo de titulación bajo la opción Sistematización de experimentas de investigación que cumple con todos los requisitos determinados por la Universidad Politécnica Salesiana.

Quito, 15 de marzo del año 2022

Atentamente,



---

Ximena del Consuelo Andrade Cáceres

1210020122

## **DEDICATORIA**

A Dios, por estar conmigo en todo momento brindándome su bendición y su amor incondicional.

A mi familia, en especial a mis padres, Patricia Vallejo y Eduardo Lema, quienes, a lo largo de mi vida, han velado en todo momento por mi bienestar y educación y me han apoyado en todos mis proyectos tanto personales como profesionales, haciéndolo con su amor y cariño.

A mis hermanos, Jonathan Lema y Julio Lema, quienes me dieron palabras de alientos, su compañía y su ayuda cuando más lo necesite.

A mis amigos/as, que me ayudaron en momentos en donde sentía que no podía cumplir con mis objetivos.

## **AGRADECIMIENTOS**

Agradezco a mi tutora de proyecto, la Doctora Ximena del Consuelo Andrade Cáceres, quien, gracias a sus conocimientos, su paciencia y su guía pude culminar con este trabajo de titulación.

A los docentes de la Universidad Politécnica Salesiana, quienes, durante toda mi formación, pude adquirir conocimientos que fueron un pilar importante para ser la profesional que hoy en día lo soy.

Muchas gracias.

## RESUMEN

El presente trabajo es una sistematización de experiencias de investigación que tiene como objetivo analizar los modelos de intervención aplicados para tratar la ansiedad y depresión en adultos mayores durante la pandemia por COVID-19, puesto que en la pandemia fueron los adultos mayores quienes fueron mayormente perjudicados en su salud mental llegando a presentar rasgos ansiosos y depresivos producto del aislamiento prolongado. Para solventar esta necesidad de recuperar la salud mental del adulto mayor, el modelo cognitivo conductual fue el modelo que fue utilizado por personal de la salud mental para intervenir sobre los trastornos de la ansiedad y la depresión.

La presente investigación, está basada en la metodología cualitativa, con el objetivo de examinar cómo las personas sienten o perciben un fenómeno en un ambiente natural y describirla como es vista desde su percepción interna y externa, la recolección de información fue por medio de revisión de literatura en artículos científicos en idiomas español e inglés en la base de datos Dialnet, Redalyc, Scielo, PubMed y Google académico, los instrumentos utilizados fueron: matrices de doble entrada y flujograma que ayudaron a organizar la información y a poner su secuencia de búsqueda.

Los resultados significativos obtenidos de la experiencia de investigación fueron que el modelo psicológico cognitivo conductual fue el que tuvo una pronta respuesta para trabajar los trastornos de la ansiedad y la depresión en adultos mayores durante la pandemia por COVID-19, posicionándolo como un modelo eficaz y el más utilizado debido a los resultados positivos que tuvo durante y después de las intervenciones.

*Palabras claves:* modelos de intervención, ansiedad, depresión, adultos mayores, covid-19.

## ABSTRACT

The present work is a systematization of research experiences, on the analysis of the intervention models applied to treat anxiety and depression in older adults during the COVID-19 pandemic, since in the pandemic it was the older adults who were more mindful. impaired in their mental health, coming to present anxious and depressive traits as a result of prolonged isolation. To solve this need to recover the mental health of the elderly, the cognitive behavioral model was the model used by mental health personnel to intervene on anxiety and depression disorders.

This research is based on qualitative methodology, with the aim of examining how people feel or perceive a phenomenon in a natural environment and describe it as it is seen from their internal and external perception, the collection of information was through review of literature in scientific articles in Spanish and English languages in the Dialnet, Redalyc, Scielo, PubMed and academic Google data bases, the instruments used were: double-entry matrices and a flowchart that helped organize the information and put its search sequence .

The significant results obtained from the research experience were that the cognitive behavioral psychological model was the one that had a prompt response to work on anxiety disorders and depression in older adults during the COVID-19 pandemic, positioning it as an effective and the most used due to the positive results it had during and after the interventions.

*Keys words:* intervention models, anxiety, depression, older adults, covid-19.



## ÍNDICE DE CONTENIDO

### PRIMERA PARTE

1. Datos informativos del proyecto.....	1
1.1. Nombre del proyecto.....	1
1.2. Nombre de la institución .....	1
1.3. Tema que aborda la experiencia .....	1
1.4. Localización.....	1
2. Objetivo.....	2
3. Eje de sistematización.....	2
4. Objeto de la sistematización .....	3
5. Metodología de la sistematización.....	4
6. Preguntas clave .....	5
6.1. Pregunta de inicio .....	5
6.2. 6.1. Pregunta interpretativa.....	6
6.3. 6.1. Pregunta de cierre .....	6
7. Organización y procesamiento de la información.....	6
8. Análisis de la información .....	4

### SEGUNDA PARTE

1. Justificación .....	15
2. Características de beneficiarios.....	16
3. Interpretación .....	17
4. Principales Logros de aprendizaje .....	23

Conclusiones .....	25
Recomendaciones .....	26
Referencias bibliográficas.....	27
Anexos .....	34

## **ÍNDICE DE FIGURAS**

<b>Figura 1.</b> .....	34
<b>Figura 2.</b> .....	34
<b>Figura 3.</b> .....	35

## 1. Datos informativos del proyecto

### 1.1. Nombre de la práctica de intervención o investigación

Análisis de los modelos de intervención psicológica aplicados para reducir las ansiedad y depresión en adultos mayores durante la pandemia por COVID-19

### 1.2. Nombre de la institución o grupo de investigación

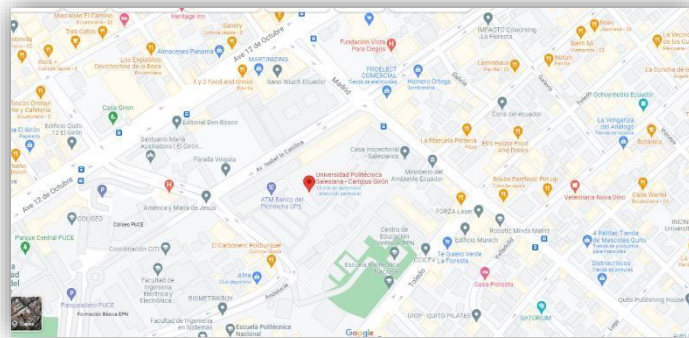
Universidad Politécnica Salesiana

### 1.3. Tema que aborda la experiencia

Modelos de intervención psicológica en adultos mayores en contexto de pandemia por el COVID-19.

### 1.4. Localización

Al tratarse de una investigación bibliográfica, no es posible enunciar su localización, pero sí se puede enunciar el país y ciudad en donde se realizó el presente trabajo, el cual se realizó en la Universidad Politécnica Salesiana sede el Girón, ubicada en la ciudad de Quito-Ecuador entre el período 2021-2022.



*El Girón Universidad Politécnica Salesiana. Dirección 12 de octubre y Veintimilla, sede Quito- Obtenido de Google Maps 2022. (autoría propia).*

## **2. Objetivo**

El objetivo de la sistematización de la investigación es conocer sobre los modelos de intervención para el manejo del bienestar psicológico en adultos mayores durante el confinamiento por covid-19.

## **3. Eje de la intervención o investigación**

La investigación realizada tiene un enfoque cualitativo que examina cómo las personas sienten o perciben un fenómeno en un ambiente interno y externo (Hernández Sampieri, 2014). En este caso la sistematización de la investigación expresa las percepciones y análisis que se construyeron a partir de los hallazgos identificados en la literatura científica seleccionada sobre los modelos de intervención aplicados para reducir la ansiedad y la depresión en adultos mayores durante la pandemia por COVID-19.

Se entiende por modelos de intervención a la aplicación de técnicas psicológicas que pueden ser aplicadas por parte de un profesional en forma individual o grupal para ayudar a otras personas a comprender sus problemas y superarlos (Bados López, 2008).

Uno de los modelos de intervención de mayor aplicación y eficacia proviene de la denominada terapia cognitivo conductual (Ying, y otros, 2021); Timms (2007) define que la terapia cognitiva “es una manera de entender cómo piensa la persona acerca de sí mismo, sobre otras personas y del mundo que le rodea, también comprende las emociones, y comportamientos de los individuos” (Fuentes Zepeda, 2018, pág. 8) entonces se entiende que la terapia cognitiva es la aplicación clínica de la ciencia de la psicología, que se fundamenta en principios y procedimientos validados empíricamente (Plaud, 2001)

Trata varios trastornos mentales con el objetivo de que el paciente logre modificar pensamientos, emociones, conductas y respuestas fisiológicas para convertirlas en respuestas más adaptativas (Puerta Polo & Padilla Díaz, 2011) además, tiene interés en conocer cómo se relaciona el paciente con su medio ambiente (Ruiz, Díaz, & Villalobos, 2012).

Como objetivo de intervención tiene el cambio conductual, es decir, modificar procesos cognitivos que se encuentran en la base del comportamiento, como objetivo de tratamiento tiene a la conducta y sus subyacentes que son la conducta, lo cognitivo, lo fisiológico y emocional (Ruiz, Díaz, & Villalobos, 2012).

Su modo de tratamiento es corto, lo que Pararlardi S, Craighead W. T (1994) explican como un tratamiento que muestra signos de mejoría entre la 4 y 6 semana de intervención (Puerta Polo & Padilla Díaz, 2011).

Entre los trastornos tratados desde este enfoque se encuentran fobias, obsesiones (Wood, 2014) trastornos límite de la personalidad (Torres G, 2007) ansiedad y depresión (Ying et al, 2021) estrés (Margarita Surmai & Elsie Duff, 2021) adicción a las drogas (Sánchez Herás & Tomás Gradolí, 2001) y el trastorno bipolar (Valdiviezo-Jiménez, 2021).

Por tanto, desde este enfoque se ha desarrollado el presente trabajo.

#### **4. Objeto de la intervención o de la práctica de investigación**

El objeto de investigación del presente estudio constituye los modelos de intervención psicológica aplicados a la población adulta mayor durante el confinamiento por covid-19. Para conocer el objeto de investigación se seleccionaron las bases de datos Dialnet, Redalyc, PubMed y Google académico, se utilizaron las siguientes palabras de búsqueda: intervención psicológica,

modelos de intervención en adultos mayores, ansiedad, depresión, cognitivo conductual y COVID-19.

La organización de información se lo realizó en matrices de doble entrada que permitieron organizar los hallazgos para construir un trabajo científico que brinde información importante a la psicología y ha especialidades relacionadas al área de la salud que trabajen con los adultos mayores.

## **5. Metodología**

### **5.1 Perspectiva metodológica**

La investigación realizada tiene un enfoque cualitativo porque se examina cómo las personas sienten o perciben un fenómeno en un ambiente natural y describirla como es vista desde su percepción interna y externa (Hernández Sampieri, 2014), Cook y Richardt (1995) describen al enfoque cualitativo como aquel que comprende, descubre, explora y describe la conducta humana, en resumidas, el método cualitativo va ayudar a dar significados a lo que las personas experimentan (Ybelisse, 2012).

### **5.2 Diseño de investigación**

El presente trabajo tiene un diseño hermenéutico-Interpretativo comprendido como aquellos que hacen una conexión entre ser y el lenguaje; para Martínez (2000) ambos enfoques tienen como misión encontrar el significado de textos, palabras, escritos, gestos para describir el comportamiento de los seres humanos (Ybelisse, 2012).

### **5.3 Plan de análisis**

Para comenzar con la realización de la investigación primero se realizó una indagación bibliográfica, comprendida como un proceso de lecturas en las que se va extrayendo, traduciendo, condensando y registrando todos los conceptos importantes para utilizarlas en la elaboración de un escrito (Bernardo, 2010) siguiendo esta línea de investigación, se escogió artículos del período comprendido entre los años 2020 hasta el 2022. Se resaltó la importancia de los artículos dependiendo del aporte que hacía a los objetivos, para cumplirlos se buscó literatura sobre el tema de investigación en idiomas español e inglés en la base de datos Dialnet, Redalyc, PubMed y Google académico.

Las palabras de búsqueda utilizadas fueron, modelos de intervención, ansiedad, depresión, adulto mayor, covid-19.

#### **5.4 Herramientas utilizadas para recolectar información**

Se utilizará los siguientes instrumentos:

**Matrices:** este instrumento ayuda a recopilar, registrar y analizar los datos obtenidos para obtener un resultado más claro y conciso, definiendo categorías y subcategorías que permitirán agrupar los datos recolectados para hacer un análisis con más precisión (Sánchez Carmona, 2018).

**Diagrama de flujo:** utilizado para organizar secuencialmente el proceso de elección de artículos.

## **6. Preguntas clave**

### **6.1 Pregunta de inicio.**

¿Cuáles son los modelos de intervención usados para reducir la ansiedad y la depresión en los adultos mayores durante la pandemia por COVID-19?

### **6.2 Pregunta interpretativa:**

¿El modelo cognitivo conductual responde a la situación de pandemia por COVID 19?

### **6.3 Pregunta de cierre.**

¿Se ha logrado identificar cuál es el modelo de intervención que ha reducido los síntomas de la ansiedad y la depresión en adultos mayores durante la pandemia por COVID-19?

## **7. Organización y procesamiento de la información**

La organización de la información se hace en base a los objetivos planteados en donde se consideró a los resúmenes o abstractas y las conclusiones para elegir los artículos y proceder a la sistematización.

En base a esto, se consideran a los siguientes criterios de inclusión:

Criterios de inclusión de los artículos para el objetivo 1:

- Estudios que se relacionen con los modelos de intervención en ansiedad y depresión en adultos mayores, que estén en idioma español e inglés.

Criterios de inclusión de los artículos para el objetivo 2:

- Los estudios realizados entre el 2020 y 2021, en idiomas inglés y español y aquellos artículos que se relacionen con los modelos de intervención en ansiedad y depresión en adultos durante la pandemia del COVID-19.



Como dato de exclusión se consideran a los artículos repetidos en base de datos.

### Flujo grama de selección de artículos

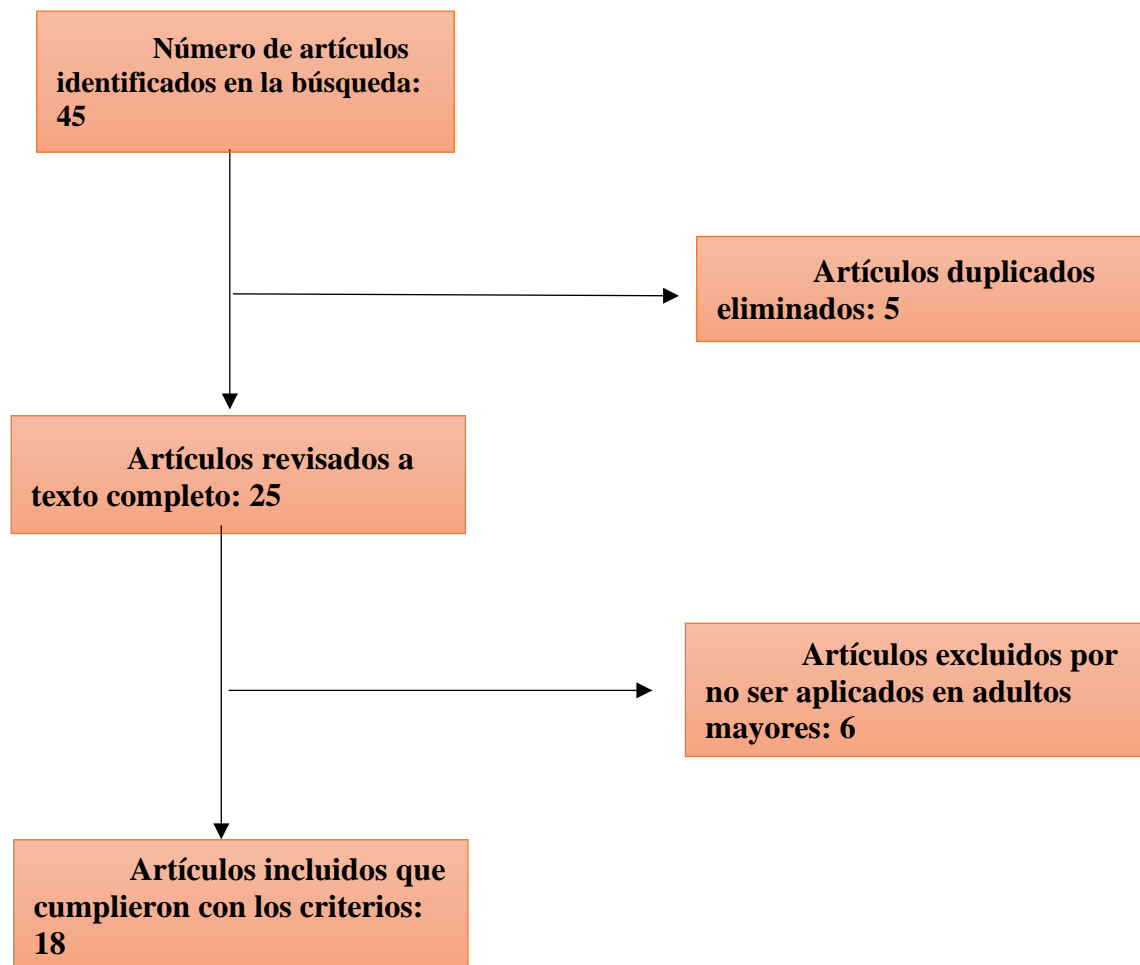


Figura 1. Flujo grama de selección de artículos,

## ***Objetivos***

OE1. Conocer los diversos modelos de intervención psicológica aplicados para reducir la ansiedad y depresión en adultos mayores.

OE2. Identificar en la literatura científica, la existencia de respaldo empírico sobre la efectividad del modelo de intervención cognitivo conductual en la reducción de la ansiedad y depresión en adultos mayores durante la pandemia por COVID-19.

**Tabla.1**

*Matriz de artículos identificados sobre intervenciones en adultos mayores*

Objetivo con el que se relaciona (OE1-OE2)	Título de artículo	Autores	Año de publicación	País	Base de datos	Idioma
OE1	Older adults acceptance of psychological and pharmacological treatments for depression.	P Landreville, J Landry, L Baillargeon, A Guérette, Matteau E.	2001	Inglaterra	Pubmed	Ingles
OE1	Efecto de una intervención cognitivo-conductual sobre variables emocionales en adultos mayores.	Daniela Contreras, Mónica Moreno, Natalia Martínez, Patricia Araya, Pablo Livacic- Rojas y Pablo Vera-Villaruel.	2006	Chile	Redalyc	Español
OE1	Older Adults ' Acceptance of Psychological, Pharmacological, and Combination Treatments for Geriatric Depression.	Ashley E Hanson, Forrest Scogin.	2006	París	Pubmed	Ingles
OE1	Efectos de la terapia cognitivo-conductual sobre	Alicia Sales, Alicia Pardo Atiénzar, Teresa Mayordomo, Encar	2015	España	Google Académico	Español

	la depresión en personas mayores institucionalizados.	Satorres-Pons, Juan C Meléndez				
OE1	Comparison of the Efficacy of Cognitive Behavioral Therapy for Depression Between Older Veterans and Younger Veterans: Results of a National Evaluation	Jorge Álvarez Martínez, Carolina Andrade Pineda, Viridiana Vieyra Ramos, Héctor Esquivias Zavala Ilyamin Merlín García, Roberto Neria Mejía, José Manuel Bezanilla Sánchez Hidalgo	2015	Estados Unidos	Pubmed	Inglés
OE1	Psicoterapia grupal para adultos mayores con depresión y ansiedad	Andrés F. Correa-Palacio	2016	España	Google Académico	Español
OE1	Intervención psicológica en adultos mayores con depresión.	Marianne Sims, Daymaris Ramírez Leyva, Katia Pérez Castro y Karel Gómez García.	2017	Cuba	Google Académico	Español
OE1	Intervención psicológica en adultos mayores.	Ana Fernanda Rodríguez Uribe, Laura Juliana Valderrama Orbegozo, Juan Máximo Molina Linde	2010	España	Redalyc	Español
OE1-OE2	Recommended psychological crisis intervention response to the 2019 novel coronavirus pneumonia outbreak in China; a model of West China Hospital	Junio Zhang, Weili Wu, Xin Zhao, Wei Zhang	2020	China	Google Académico	Inglés
OB1	Tratamiento Cognitivo-Conductual en paciente geriátrica con Trastorno Depresivo Mayor: Estudio de Caso	Silvia Guadalupe Garza Martínez, Luz Adriana Orozco Ramírez, José Luis Ybarra Sagarduy	2020	México	Dialnet	Español
OE1	Mindfulness (Atención Plena) para disminuir la depresión en adultos mayores	Liliana Elizabeth Zambrano Mero	2020	Ecuador	Repositorio digital UCE	Español
OE1-OE2	The Effect of Cognitive behavioral I	Jinzh Li, Xiuchuan Li, Jie Jiang, Xuexue Xu, Jing Wu, Yuanyuan Xu,	2020	China	Pubmed	Inglés

	Therapy on Depression, Anxiety, and Stress in Patients With COVID-19: A Randomized Controlled Trial.	Jing Li, John Hall, Huashan Xu, Jincheng Xu, Xlaoyue Xu				
OE1- OE2	Internet-based cognitive behavioral therapy for psychological distress in older adults without cognitive impairment living in nursing homes during the COVID-19 pandemic: a feasibility study.	Yuchen Ying, Yunxin Ji, Fanqian Kong, Qiqi Chen, Yueer Lv, Yanbin Hou, Lijie Zhu, Pingping Miao, Libo Yu, Laiyou Li, Wei Kuang, Lingli Jiang, Xiaozhuo Zhu, Xiaozhuang Li, Le Xu, Yuwei Mi,	2021	China	Pubmed	Ingles
OE1- OE2	Cognitive Behavioural Therapy: A Strategy to Address Pandemic-Induced Anxiety	Margarita Surmai y Elsie Duff	2021	Inglaterra	Google Académico	Ingles
OE1- OE2	The Efficacy of Computerized Cognitive Behavioral Therapy for Depressive and Anxiety Symptoms in Patients With COVID-19: Randomized Controlled Trial.	Zhifen Liu Dan Qiao Yifan Xu Wentao Zhao Yang Yang Dan Wen Xinrong Li Xiaoping Nie Yongkang Dong Shiyong Tang Yi Jiang Ying Wang Juan Zhao Yong Xu	2021	China	Pubmed	Ingles
OE1- OE2	Telephone- based Behavioral activation with mental imagery for depression: A pilot randomized clinical trial in insolated older adults during the Covid-19 pandemic.	Johnny Pellas Fritz Renner Julie L Ji Matias Damberg.	2021	Suecia	Pubmed	Ingles

OE1	Nuevas herramientas para la intervención psicológica con personas mayores: la tercera generación de terapias conductuales.	María Márquez-González	2010	España	Elsevier	Español
O1E	Intervención psicológica en adultos mayores en el Consultorio	Yúnior Meriño Pompa, Rachel de los Milagros Torres Mendoza, Sulanys Yainet Naranjo Vázquez, Yessica Benítez Alarcón	2021	España	Google Académico	Español

*Autoría propia.*

**Tabla 2**

*Matriz de artículos de hallazgos sobre modelos de intervención en adultos mayores durante la pandemia por COVID-19*

Título de artículo	Autores	País	Año de publicación	Objetivo (OE1-OE2)	Muestra	Modelo de intervención	Patología	Hallazgos principales
The Effect of Cognitive behavioral Therapy on Depression Anxiety, and Stress in Patients With COVID-19: a Randomized Controlled Trial.	Jinzhi Li, Xiuchuan Li, Jie Jiang, Xuexue Xu, Jing Wu, Yuanyuan Xu, Jing Li, John Hall, Huashan Xu, Jincheng Xu, Xiaoyue Xu	China	2020	OE1	93 años	Cognitivo conductual	Ansiedad y estrés	La aplicación de la de la terapia cognitiva conductual (TCC) resulta ser efectiva para mejorar la salud psicológica entre los pacientes con COVID-19 (Li, y otros, 2020).
Internet-based cognitive behavioral therapy for	Yuchen Ying, Yunxin Ji, Fanqian	China	2021	OE1-OE2	127 adultos mayores	Cognitivo conductual	Ansiedad y depresión	El 85 % de los participantes informaron mejorías en todos los resultados

psychological distress in older adults without cognitive impairment living in nursing homes during the COVID-19 pandemic: a feasibility study.	Kong, Qiqi Chen, Yueer Lv, Yanbin Hou, Lijie Zhu, Pingping Miao, Libo Yu, Laiyou Li, Wei Kuang, Lingli Jiang, Xiaozhuo Zhu, Xiaozhuang Liu, Le Xu, Yuwei Mi, Zhongze Lou, Liemin Ruan.							desde el pretratamiento hasta el seguimiento. En general, la intervención cognitivo conductual por internet (ICBT) es eficaz para decrecer la angustia psicológica en grupos de adultos institucionalizados mientras se daba la pandemia en el país de China (Ying, y otros, 2021).
Cognitive Behavioural Therapy: A Strategy to Address Pandemic-Induced Anxiety	Margarita Surmai y Elsie Duff	Inglaterra	2021	OE1-OE2	.....	Cognitivo conductual	Ansiedad, estrés	El estrés y la ansiedad inducidos por COVID-19 pueden tratarse con éxito utilizando técnicas de terapia cognitiva conductual (TCC). La TCC podría revivir sensaciones de alegría que tuvieron antes de pasar por aislamiento, estrés y ansiedad causados por la pandemia de COVID-19 (Margarita Surmai & Elsie Duff, 2021).
The Efficacy of Computerized	Zhifen Liu,	China	2021	OE1-OE2	252 pacientes	Cognitivo conductual	Ansiedad, depresión	Los resultados indicaron que la intervención de la

d Cognitive Behavioral Therapy for Depressive and Anxiety Symptoms in Patients With COVID-19: Randomized Controlled Trial.	Dan Qiao, Yifan Xu, Wentao Zhao, Yang Yang, Dan Wen, Xinrong Li, Xiaoping Nie, Yongkan g Dong, Shiyou Tang, Yi Jiang, Ying Wang, Juan Zhao, Yong Xu.				entre 18 y 75 años		n Insomnio	Terapia conductual cognitiva computarizada (cCBT) fue beneficiosa para bajar los síntomas de depresión, ansiedad e insomnio en pacientes con COVID-19 después de la intervención o después de un seguimiento de 1 mes (Liu, y otros, 2021).
Telephone-based behavioral activation with mental imagery for depression: A pilot randomized clinical trial in isolated older adults during the Covid-19 pandemic	Johnny Pellas,Fritz Renner, Julie L Ji,Mattias Damberg	Suecia	2021	OE1-OE2	41 personas de 65 años	Cognitivo conductual - Activación conductual	Depresión	Los síntomas depresivos disminuyeron más en la condición de tratamiento en comparación con la condición de control. La mayoría de los participantes en la condición de tratamiento dijeron estar satisfechos con el tratamiento y se observaron pocos efectos adversos (Pellas, Renner, Ji, & Damberg, 2022).

*Autoría propia.*

## 8. Análisis de la información

Para analizar la información obtenida se lo hizo por el método cualitativo, este

método da un acceso a saber las experiencias que los sujetos, Cook y Richardt (1995) describen al enfoque cualitativo como aquel que comprende, descubre, explora y describe la conducta humana, en resumidas, el método cualitativo va ayudar a dar significados a lo que las personas experimentan (Ybelisse, 2012); el enfoque que permitió analizar los artículos del trabajo fue el análisis de contenido, el cual permite analizar sistemáticamente “documentos escritos, notas de campo, entrevistas registradas, diarios, memorias, planes de centros, etc.” (Herrera, 2008, pág. 26).

Este enfoque tiene sus propios beneficios al utilizarlo, según Krippendorff (1980) permite utilizar material estructurado sin existir una intervención directa del investigador que influya en la recolección de información (Arandes J, 2013).

Para sistematizar los artículos de acuerdo a los objetivos, se utilizó:

**Matrices:** ayuda a organizar, recopilar, registrar y analizar los datos obtenidos para obtener un resultado más claro y conciso, definiendo categorías y subcategorías que permitirán agrupar los datos recolectados para hacer un análisis con más precisión (Sánchez Carmona, 2018).

**Diagrama de flujo:** utilizado para organizar secuencialmente el proceso de elección de artículos.



## **SEGUNDA PARTE**

### **1. Justificación**

El surgimiento del virus del Covid-19 o también conocido como SARS, contagio a un sin número de personas a nivel mundial, para evitar que las cifras sigan creciendo, se tuvo que adoptar medidas sanitarias para evitar que este afecte a más personas. Las nuevas medidas afectaron a todas las personas de todas las edades, en especial a los adultos mayores, quienes fueron duramente afectados tanto físicamente como psicológicamente, llegando a mostrar signos y síntomas de trastornos psicológicos que antes de la llegada de la pandemia no padecían o solo eran rasgos patológicos.

Los cambios demográficos muestran un crecimiento muy grande en los adultos mayores, la Organización Mundial de la Salud (OMS) calcula que entre el año 2020 y 2030 crecerá un 34% es decir 1000 millones a 1400 millones y para el año 2050 será de 2100 millones a 426 millones (Organización Mundial de la Salud, 2021).

En el marco de la región de América Latina, se especula que de 48 millones de adultos mayores en el año 2005 (8.8%) aumentara a 114.5 millones en el 2030 (16.3%) (Guerrero & Yépez-Ch, 2015). En la actualidad, en Ecuador, la población de personas adultas mayores de 60 años es de 11%, se estima que en un tiempo de 30 años este porcentaje crecerá en un 21%, si las cifras siguen elevándose, para el año 2100 esta cantidad será de 9 millones, es decir, ocupara una tercera parte del total de población (Miller & Mejía- Guevara, 2020).

Es por eso que el destacar la importancia de investigar sobre la ansiedad y la depresión en el adulto mayor, permite realizar intervenciones de acuerdo a su condición y así reducir el malestar mental que ha ocasionado pandemia por COVID-19.

En el Ecuador no se ha trabajado desde un modelo psicológico, sino más bien se realizó acciones muy esporádicas que han estado dirigidas a la rehabilitación de las personas en una situación de emergencia (Ministerio de Salud Pública, 2020).

Es por eso que el presente estudio de investigación trató de conocer los modelos psicológicos de intervención que se han aplicado para reducir la ansiedad y la depresión en los adultos mayores con el objetivo de saber cuál fue el más eficaz y cuál puede ser replicado en caso del surgimiento de otra pandemia.

## **2. Caracterización de los beneficiarios**

Los beneficiarios del presente trabajo son los especialistas en el área de salud y la salud mental, los docentes y estudiantes.

### **3. Interpretación**

En el presente estudio se pone en manifiesto que 17 artículos corresponden a la intervención cognitivo conductual y 1 a intervención en grupos. Con respecto a la metodología utilizada, 14 corresponden al enfoque cuantitativo, 3 al enfoque cualitativo y 1 con enfoques mixtos dando un total de 18 artículos. Dentro del rango de edad seleccionado en lo que respecta a tercera edad, va desde los 60 años ya que se entiende que a partir de los 60 años de edad ya se considera a una persona un adulto mayor.

El presente estudio hará su interpretación en base a los objetivos planteados en el estudio.

En relación al primer objetivo, conocer los diversos modelos de intervención psicológica aplicados para reducir la ansiedad y depresión en adultos mayores.

Tras un crecimiento de la población adulta en varias zonas del mundo, los estudios se dirigen a medir la eficacia de intervenciones psicológicas en relación con la salud del adulto y a los programas de intervención que apuntan a la mejora de la salud, se afirma que la implementación de un programa cognitivo-conductual dirigido a los adultos mayores, alcanza cambios en la ansiedad, ira y otras variables psicológicas, evidenciando el modelo cognitivo fue exitoso, situándola entre las mejores para ser aplicado en intervenciones para trabajar ansiedad y depresión. (Sims, et al. 2017).

Contreras et al. (2006) señalan que la meta de la intervención cognitivo-conductual en las variables emocionales ansiedad y depresión fueron exitosos, estableciendo que la intervención cognitivo-conductual proporciona beneficios para menguar el grado de ansiedad y depresión desde la primera sesión hasta la última fase de tratamiento.

En otro estudio de Martínez, Orozco e Ybarra (2020) utilizando la terapia breve se comprobó que la terapia cognitivo conductual en el adulto mayor produce una reducción de síntomas en la severidad de la depresión, en general se deriva la reducción de la conducta problema y elevación del estado de ánimo.

Rodríguez et al.(2017) indican que a través de la terapia cognitiva conductual las personas mayores lograron conocer las ideas y pensamientos que provocaban su depresión llevándolos aprender, detectar y percibir las circunstancias de manera diferente Pompa, Mendoza, Vázquez y Alarcón (2021) menciona que este proceso después de cambiar los pensamientos distorsionados iniciales después de tiempo sean pensamientos adaptativos, lo que indica que tras un proceso de intervención en un corto plazo, se puede cambiar los pensamientos que causan sintomatología ansiosa y depresiva.

La terapia cognitivo conductual además de intervenir en la depresión y la ansiedad, logra que los pacientes perciban diferentes pensamientos y sentimientos con respecto a su vida.

Otro punto importante sobre el que la terapia cognitiva conductual topa, es mejorar los niveles de vida de las personas mayores.

Respecto a lo mencionado, Li et. al (2021) indican que la terapia cognitiva conductual TCC, es la psicoterapia más efectiva para reducir la depresión y la ansiedad con el objetivo de mejorar aún más la calidad de vida.

La terapia cognitiva conductual ha mostrado tener algunos beneficios para dar tratamiento a trastornos de ansiedad y depresión en la población adulta mayor, uno de ellos es que puede ser aplicada individualmente o grupalmente.

Respecto a lo mencionado, Correa (2016) dice que si bien es sabido que la terapia individual es uno de los recursos disponibles para el tratamiento de los síndromes ansiosos y depresivos en los ancianos, la terapia grupal en general tiene una importante base empírica y gran utilidad clínica que demuestra su eficacia para dar atención integral a personas mayores con problemas de salud mental tan prevalentes como la ansiedad y la depresión, por eso cada vez es la más frecuentada por los expertos para hacer sus sesiones en grupo.

Por otra parte, las intervenciones no solo han sido dadas desde el modelo tradicional del conductismo, si no que las terapias de tercera generación (mindfulness) también han sido parte de las investigaciones en relación a las intervenciones en adultos mayores que tienen como objetivo tratar al adulto mayor no desde la visión clásica que no refleja en absoluto la realidad humana, Gonzáles(2010) considera que se debe hacerlo desde las metas del individuo y sus valores para eliminar los síntomas para promover el desarrollo del modo de vida placentero, objetivo suficiente realista que está de acuerdo con la naturaleza humana. Es por eso que, centrando la atención en lo terapéutico, se reconoce que el mindfulness a dando como resultados la reducción de la sintomatología presente en las personas mayores, demostrando ser otra intervención con buenos resultados.

Sánchez (2011) señala que el uso de mindfulness baja los pensamientos relacionados con la depresión, mejoraron el bienestar psicológico y fisiológico, el autocontrol de las emociones disfuncionales, indicando que también es una intervención también aceptada en los adultos mayores pero Zambrano (2020) menciona pesar de que la terapia con técnicas de tercera generación (mindfulness) es nueva y carga con un gran número de estudios, no tiene suficientes estudios en adultos mayores lo que aún la hace una intervención nueva que debe elaborar más estudios en esta población en particular.

En relación a otras intervenciones terapéuticas diferentes a la terapia cognitiva (TC), Puerta & Padilla (2011) indican que la TCC y la terapia interpersonal son superiores frente a otros tipos de psicoterapia incluso más que del uso de fármacos demostrando que al combinar fármacos y psicoterapia se consiguen los mismos resultados que al aplicar psicoterapia por separado, es decir, que el modelo médico que hace uso de los fármacos, puede ser suministrado solo en casos en que no exista mejorías ya que se reconoce que una buena intervención desde el conductismo y la terapia interpersonal, pueden reducir el malestar mental que tiene el paciente.

Landreville et al. (2001) en su estudio con adultos mayores con depresión utilizaron terapia cognitiva (TC), biblioterapia cognitiva (CB) y medicación antidepresiva (AM) en donde los adultos mayores prefirieron la intervención cognitiva conductual (TC) que la (AM) porque la (AM) fue más agresiva y trajo efectos físicos indeseables en los adultos mayores, entonces se concluyendo que la TC sigue siendo el tratamiento más elegido a diferencia de la CB y la AM en donde solo optaban por usarlo si los síntomas eran más complejos.

Otro estudio de Hanson & Scogin (2008) detallan que en los adultos mayores la terapia cognitiva TC ayudo ante síntomas de leves a moderados de la depresión y que la medicación antidepresiva (AM) no fue la mejor por que daban problemas negativos físicos, por eso la TC fue la mejor debido a que percibieron menos efectos secundarios y les dio mayor comodidad.

En definitiva, se comprende que el enfoque cognitivo conductual es un modelo completo para tratar varios trastornos patológicos desarrollados en los adultos mayores, es por eso que especialistas en el área de la salud recurren a su modelo para tratar la ansiedad y la depresión en los adultos mayores para lograr que los pacientes logren restaurar su estilo de vida sin que los síntomas de la ansiedad o la depresión deteriore su calidad de vida.

En lo que se refiere al último objetivo, identificar en la literatura científica, la existencia de respaldo empírico sobre la efectividad del modelo de intervención cognitivo conductual en la reducción de la ansiedad y depresión en adultos mayores durante la pandemia por COVID-19.

Un estudio de Surmai y Duff (2021) realizado en Canadá y Estados Unidos indica que el 56% de canadienses y el 41,5% de estadounidenses han sentido el aumento del estrés y la ansiedad como resultado de la pandemia por COVID-19, las enfermedades mentales y el uso de sustancias son factores de riesgo de mortalidad temprana, que representan un promedio de 10 a 20 años de vida perdidos. En tiempos de estrés extremo, como una pandemia mundial, se espera que las tasas de enfermedades mentales aumenten rápidamente.

Los bloqueos sociales ocasionados por la propagación del COVID-19 creó incertidumbre en por la expansión del contagio del virus de COVID-19, esto bajo la capacidad de recuperación frente a situaciones que causan estrés, ansiedad u otros trastornos mentales, durante la pandemia las personas sufrieron ansiedad, depresión y síntomas psicóticos, en los pacientes que tuvieron COVID-19 y sus niveles se elevaron aún más en aislamiento.

Surmai y Duff (2021) dicen que para evitar la situación que agrave la salud mental es preciso abordar las consecuencias a largo plazo.

La ansiedad relacionada con la pandemia agravó las enfermedades crónicas y los problemas de salud mental que alguno de ellos ya tenían; Ying, et al. (2021) propusieron para evitar que los síntomas de la ansiedad y otros trastornos sigan aumentando, un modelo de intervención por medio de internet con enfoque cognitivo conductual, que dio como resultado que el 85 % de los participantes mayores de 60 años informaran mejorías en todos los resultados desde el pretratamiento hasta el seguimiento, en general, la intervención cognitivo conductual por internet

(ICBT) es eficaz para reducir la angustia psicológica entre ellos la ansiedad, la depresión y el estrés en adultos institucionalizados durante la pandemia, estos resultados siguieron vigentes un mes después de su aplicación, lo que destaca la importancia y eficacia que tuvo el modelo cognitivo conductual en su estudio.

Otros estudios que utilizaron el internet y otras intervenciones igual conductuales fueron las de Pellas, Renner, Ji y Damberg (2022) quienes utilizaron la activación conductual para intervenir en los adultos mayores con depresión demostrando que la activación conductual con imágenes mental (BA-MIBA) se puede entregar de forma remota por teléfono y, por lo tanto, llegar a las personas incluido los adultos mayores que se encuentran en zonas aisladas. Como resultado del estudio está que las simulaciones por imágenes mentales de las actividades diarias podrían usarse para facilitar el tratamiento de BA para la depresión, mostrando que un 67% mostro mejorías tras la intervención, y expresaron sentirse muy satisfechos, mientras que el 5% informaron que no se sintieron ni satisfechos ni insatisfechos, y un participante expreso no estar satisfecho con la intervención, pero en general el tratamiento mostró mejorías en las personas por lo que se lo considera una intervención factible, aceptable y eficaz para tratar síntomas depresivos durante la pandemia por COVID-19.

Otra manera de intervención, fue la realizada por Liu, y otros (2021) quienes aplicaron terapia cognitivo conductual computarizada en pacientes con COVID-19 que consistió en usar video y animación para regular de manera integral la angustia mental que incluye ansiedad, depresión, pánico y miedo entre los pacientes con COVID-19; tras su intervención, se halló que el programa terapia cognitiva conductual computarizada cCBT es un tratamiento eficaz para tratar síntomas de ansiedad y depresión durante el COVID-19.



Respecto a lo mencionado, durante la pandemia por COVID-19 las intervenciones tuvieron que hacerse por internet con la ayuda de teléfonos inteligentes, en algunos casos el uso de los celulares no presentó mayor dificultad para los adultos mayores, lo que permitió que concluyeran las sesiones entre las 6 y 8 semanas, comprobando así que la intervención cognitiva conductual también puede ser implementada en las tecnologías y tener el mismo efecto positivos, pero no más que las presenciales.

Tras la interpretación de todos los artículos revisados, los artículos parecen demostrar que la terapia cognitiva conductual sigue siendo el modelo de intervención que mejor sobrelleva la atención en adultos mayores cuando se trata de intervenir en la ansiedad y la depresión, lo que demuestra que en países de medio oriente, occidente y de Europa el modelo cognitivo conductual fue el más utilizado durante la pandemia por COVID-19 en donde como resultado los pacientes mostraron mejoría por su uso, ya que durante la pandemia, los síntomas se fueron agravando en los que ya padecían y en otros fue desarrollándose en el tiempo de confinamiento y aislamiento, a esto se suma el cambio drástico que tuvieron que hacer en su estilo de vida lo que les llevo a desarrollar ansiedad, depresión, sentimientos de abandono y soledad que si no eran atendidas a tiempo, pudieron desencadenar otras afecciones psicológicas, pero, por fortuna, esto no sucedió debido a la rápida intervención que los especialistas en la salud mental dejando sensaciones de satisfacción, recuperación y alivio en la salud mental de los adultos mayores.

#### **4. Principales logros del aprendizaje**

A través del presente trabajo se logró conocer que el modelo cognitivo conductual es un modelo eficiente para tratar la ansiedad y la depresión en adultos mayores, considerándolo como uno de los más usados por especialistas de la salud mental para realizar intervenciones.

En relación al tema de investigación, se conoció más acerca de los modelos de intervención que la psicología pone en acción cuando se presentan situaciones que impactan la salud mental de los adultos mayores teniendo como objetivo de resolver los malestares producidos por la ansiedad y la depresión y dar soluciones para tratarlos.

Los objetivos establecidos en la presente investigación fueron:

- Conocer los diversos modelos de intervención psicológica aplicados para reducir la ansiedad y depresión en adultos mayores.
- Identificar en la literatura científica, la existencia de respaldo empírico sobre la efectividad del modelo de intervención cognitivo conductual en la reducción de la ansiedad y depresión en adultos mayores durante la pandemia por COVID-19.

Los cuales fueron exitosamente cumplidos.

La realización de trabajo como investigadora me dejó enseñanzas como la adquisición de hábitos de estudio, la organización, la disciplina, la motivación, saber buscar y ser más objetiva con lo que se solicita puesto que al ser un tema que se desarrolla en un campo nuevo que es el COVID-19, la información no es suficiente para corroborar el sustento de la investigación.

Las limitaciones del trabajo fue que no había suficiente literatura sobre intervenciones psicológicas durante la pandemia por COVID-19 lo que dificulto un poco en el desarrollo del tema.

También hubo escasa información intervenciones psicológicas en los adultos mayores por otros modelos de intervención psicológica para tratar la ansiedad y la depresión

### **Conclusiones y recomendaciones**

- El resultado de la investigación nos dice que se ha comprobado que el modelo de intervención cognitivo conductual ha sido el más utilizado tratar la ansiedad y la depresión en las personas mayores durante la pandemia por COVID-19 demostrando como resultados mejorías en quienes fueron participantes en el proceso de intervención.
- El continente asiático y europeo son lo que investigaciones sobre el modelo de intervención cognitivo conductual en adultos mayores con relación a la ansiedad y depresión tienen y son países que durante las fases más duras de la pandemia implementaron el uso de medios tecnológicos como el celular y las redes sociales para continuar con las intervenciones interrumpidas por el aislamiento y confinamientos por COVID-19.
- Estudios demuestran la importancia de seguir investigando más sobre la vejez y el adulto mayor, pues al ser un grupo etario considerado como vulnerable y que en varias regiones del mundo van aumentando, son propensos a ser personas con alta probabilidad de desarrollar padecimientos físicos, mentales y sociales y estos pueden agudizarse en
- El objetivo número uno, no se cumplió debido a que se pretendía conocer la manera en como otros enfoques psicológicos tratan la ansiedad y la depresión en los adultos mayores, pero, solo se pudo encontrar dos modelos de intervención, el modelo cognitivo conductual y el modelo biomédico.

situaciones como catástrofes, crisis o pandemias como la del COVID-19 que estamos pasando.

- La falta de coordinación y asociación entre institutos sociales gubernamentales y no gubernamentales en zonas de América Latina crean un obstáculo al momento de plantear los modelos de intervención en pandemia y más en adultos mayores, ya que solo han realizado acciones esporádicas que, si bien son parte de un enfoque psicológico, en la literatura no se los distingue como modelos, si no por acciones de contención y apoyo realizadas muchas de las veces en centros psicológicos particulares o en centros geriátricos de entidades privadas, lo que dificulta que adultos mayores de escasos recursos que desarrollaron o ya traían consigo el trastorno de la ansiedad y la depresión tengan acceso a una sesión terapéutica.

### **Recomendaciones**

- Socializar con entidades públicas y privadas sobre el modelo de intervención que han sido utilizados en adultos mayores y han presentado exitosos resultados.
- Continuar con las terapias online en caso de adultos que por motivos que engloban al COVID-19 u a otra causa no puedan asistir a terapia presencial.
- Fomentar la investigación en territorio nacional para que de esta manera existan más investigaciones que nos den una visión más amplia que permita conocer cómo es la situación de nuestros adultos mayores en lo que se refiere a salud mental.

## Referencias bibliográficas

### Bibliografía

- Abela, J. A. (2002). Las técnicas de Análisis de Contenido: Una revisión actualizada. Obtenido de mastolr.cl: <https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/54901527/borra-with-cover-page-v2.pdf?Expires=1645329475&Signature=BQSiVKPsVu6t2Z5Gyndi9U~UYKfE2xeO0s0xYF6YdtKb8uPaDzY38MMAI~H0DZ5nQpZG4Ur1Jvj0neVgSa75Y-jUjZ3DBWuKOQDm6a9INEhsLdBYJB0ZaFfNIYYsYQDdd6CRa75qhixZili73Vew-R>
- Arandes J, A. T. (2013). El análisis de contenido como herramienta de utilidad para la realización de una investigación. *Provincia*(29), 135-173. Obtenido de Redalyc: <https://www.redalyc.org/pdf/555/55530465007.pdf>
- Bados López, A. (2008). *LA INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA: características y modelos*. Obtenido de Google Académico: [https://scholar.google.es/scholar?hl=es&as\\_sdt=0%2C5&q=LA+INTERVENCION%20PSICOL%20GICA%20CARACTER%20DISTICAS+Y+MODELOS+Arturo+Bados+L%20Bados+López+Departamento+de+Personalidad%20Evaluación+y+Tratamiento+Psicológicos+Facultad+de+Psicología](https://scholar.google.es/scholar?hl=es&as_sdt=0%2C5&q=LA+INTERVENCION%20PSICOL%20GICA%20CARACTER%20DISTICAS+Y+MODELOS+Arturo+Bados+L%20Bados+López+Departamento+de+Personalidad%20Evaluación+y+Tratamiento+Psicológicos+Facultad+de+Psicología)
- Bernardo, L. (2010). *PROYECTO DE INDAGACIÓN La revisión bibliográfica*. Obtenido de javeriana: [http://www.javeriana.edu.co/prin/sites/default/files/La\\_revision\\_bibliografica\\_mayo\\_](http://www.javeriana.edu.co/prin/sites/default/files/La_revision_bibliografica_mayo_)
- Contreras, D., Moreno, M., Martínez, N., Araya, P., LIVACIC, P., & VERA, P. (2006). Efecto de una intervención cognitivo-conductual sobre variables emocionales en adultos mayores. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 38(1), 45-58. Obtenido de <http://www.scielo.org.co/pdf/rlps/v38n1/v38n1a03.pdf>

- Correa-Palacio, A. F. (2016). Psicoterapia grupal para adultos mayores con depresión y ansiedad. *Revista de Psicogeriatría*, 6(2), 51-59. Obtenido de [https://www.viguera.com/sepg/pdf/revista/0602/602\\_0051\\_0059.pdf](https://www.viguera.com/sepg/pdf/revista/0602/602_0051_0059.pdf)
- de Ansorena Cao, A., Reinoso, J. C., & Cagigal, I. R. (1983). El constructo ansiedad en Psicología : una revisión. *Estudios de psicología*, 4(16), 30-45. Obtenido de Dialnet: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=65892>
- Fuentes Zepeda, L. A. (2018). *TERAPIA COGNITIVA Y BIENESTAR PSICOLÓGICO (Estudio realizado en el centro de rehabilitación de Restauración Agradecidos del departamento de Quetzaltenango)*. (Tesis de grado, UNIVERSIDAD RAFAEL LANDÍVAR). Obtenido de <http://biblio3.url.edu.gt/publijrcifuentes/TESIS/2018/05/42/Fuentes-Lilian.pdf>
- González, M. M. (2010). Nuevas herramientas para la intervención psicológica con personas mayores: la tercera generación de terapias conductuales. *Revista española de geriatría y gerontología: Organo oficial de la Sociedad Española de Geriatría Y Gerontología*, 45(5), 247-249. Obtenido de <https://www.elsevier.es/es-revista-revista-espanola-geriatria-gerontologia-124-articulo-nuevas-herramientas-intervencion-psicologica-con-S0211139X10001174>
- Guerrero, N., & Yépez-Ch, M. C. (2015). Factores asociados a la vulnerabilidad del adulto mayor con alteraciones de salud. *Universidad y Salud*, 17(1), 121-131. Obtenido de scielo: [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=s0124-71072015000100011](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=s0124-71072015000100011)
- Hanson, A. E., & Scogin, F. (2008). Older Adults' Acceptance of Psychological, Pharmacological, and Combination Treatments for Geriatric Depression. *The Journals of*

- Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, 64(4), 245-228.
- Obtenido de <https://academic.oup.com/psychsocgerontology/article/63/4/P245/581728>
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, P. (2014). *METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN* (6 ed.). México D.F.: McGRAW-HILL. .
- Herrera, J. (2008). *La Investigación Cualitativa( tesis doctoral, UDG VIRTUAL)*. ( tesis doctoral, UDG VIRTUAL). Obtenido de udgvirtual:  
<http://biblioteca.udgvirtual.udg.mx/jspui/handle/123456789/1167>
- Karlin, B. E., Trockel, M., Brown, G. K., Gordienko, M., Yesavage, J., & Taylor, B. (2015). *Comparison of the effectiveness of cognitive behavioral therapy for depression among older versus younger veterans: results of a national evaluation*. Obtenido de pubmed:  
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/24218096/>
- Landreville, P., Landry, J., Baillargeon, L., Guperette, A., & Matteau, É. (2001). Older adults' acceptance of psychological and pharmacological treatments for depression. *he Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, 56(5), 285-291.  
 Obtenido de <https://academic.oup.com/psychsocgerontology/article/56/5/P285/634270>
- Li, J., Li, X., Jiang, J., Xu, X., Wu, J., Xu, Y., . . . Xu, X. (2020). The Effect of Cognitive Behavioral Therapy on Depression, Anxiety, and Stress in Patients With COVID-19: A Randomized Controlled Trial. *Frontiers in psychiatry*, 1096. Obtenido de Pubmed:  
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7661854/>
- Liu, Z., Qiao, D., Xu, Y., Zhao, W., Yan, Y., Wen, D., . . . Xu, Y. (2021). The Efficacy of Computerized Cognitive Behavioral Therapy for Depressive and Anxiety Symptoms in Patients With COVID-19: Randomized Controlled Trial. *Journal of medical Internet*

- research*, 23(5), e:26883. Obtenido de Pubmed:  
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33900931/>
- López, I. M. (2007). Ansiedad y depresión, reacciones emocionales frente a la enfermedad. *Anales de Medicina Interna*, 24(5), 209-211. Obtenido de Scielo:  
[https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0212-71992007000500001](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-71992007000500001)
- Martínez, G., Guadalupe, S., Ramírez, O., Adriana, L., Sagarduy, Y., & Luis, J. (2020). Tratamiento Cognitivo-Conductual en paciente geriátrica con Trastorno Depresivo Mayor: Estudio de Caso. *Revista de Psicología y Ciencias del Comportamiento de la Unidad Académica de Ciencias Jurídicas y Sociales*, 11(1), 147-166. Obtenido de Dialnet: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7865094>
- Miller, T., & Mejía- Guevara, I. (2020). *El envejecimiento de la población en Ecuador: la revolución silenciosa*. Obtenido de Google Académico: [https://www.igualdad.gob.ec/wpcontent/uploads/downloads/2020/05/el\\_envejecimiento\\_poblacion\\_ecuador.pdf](https://www.igualdad.gob.ec/wpcontent/uploads/downloads/2020/05/el_envejecimiento_poblacion_ecuador.pdf).
- Ministerio de Salud Pública. (2020). *LINEAMIENTOS OPERATIVOS PARA LA INTERVENCIÓN DE SALUD MENTAL EN LA EMERGENCIA SANITARIA*. Obtenido de salud.gob: [https://www.salud.gob.ec/wp-content/uploads/2020/07/Lineamientos-operativos-Salud-Mental-Covid-19\\_2020.pdf](https://www.salud.gob.ec/wp-content/uploads/2020/07/Lineamientos-operativos-Salud-Mental-Covid-19_2020.pdf)
- Organización Mundial de la Salud. (2021). *Envejecimiento y salud*. Obtenido de Who: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health>
- Pellas, J., Renner, F., Ji, J. L., & Damberg, M. (2022). Telephone-based behavioral activation with mental imagery for depression: A pilot randomized clinical trial in isolated older adults during the Covid-19 pandemic. *International journal of geriatric psychiatry*, 30(1). Obtenido de pubmed: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34729823/>



- Pompa, Y. M., Mendoza, R. d., Vázquez, S. Y., & Alarcón, e. B. (2021). Intervención psicológica en adultos mayores en el Consultorio Médico# 9. *In I Jornada Virtual de Medicina Familiar en Ciego de Ávila.*, 1-13. Obtenido de Google Académico: [https://scholar.google.es/scholar?hl=es&as\\_sdt=0%2C5&q=Intervenci%C3%B3n+psicol%C3%B3gica+en+adultos+mayores+en+el+Consultorio&btnG=](https://scholar.google.es/scholar?hl=es&as_sdt=0%2C5&q=Intervenci%C3%B3n+psicol%C3%B3gica+en+adultos+mayores+en+el+Consultorio&btnG=)
- Puerta Polo, J. V., & Padilla Díaz, D. E. (2011). Terapia cognitiva-conductual (TCC) Como tratamiento para la depresion: Una revisión del estado del arte. *Revista internacional de Ciencias de la Salud*, 8(2), 251-257. Obtenido de Dialnet: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3903329>
- Rodríguez Uribe, A. F., Valderrama Orbegozo, L. J., & Molina Linde, J. M. (2010). Intervención psicológica en adultos mayores. *Psicología desde el Caribe*(25), 246-258. Obtenido de redalyc: <https://www.redalyc.org/pdf/213/21315106011.pdf>
- Ruiz, Á., Díaz, M. I., & Villalobos, A. (2012). *Manual de Técnicas de Intervención Cognitivo Conductual*. Madrid: Desclée de Brouwer: RGM, S.A. - Urduliz.
- Sales, A., Pardo Atiénzar, A., Mayordomo, T., Satorres-Pons, E., & Meléndez, J. C. (2015). Efectos de la terapia cognitivo-conductual sobre la depresión en personas mayores institucionalizadas. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 20(2), 165-172. Obtenido de scielo: <http://www.scielo.org.co/pdf/rlps/v38n1/v38n1a03.pdf>
- Sánchez Carmona, M. L. (2018). *Las matrices o tablas de doble entrada: una aplicación práctica en las investigaciones de diseño*. Obtenido de Google Académico: [https://scholar.google.es/scholar?hl=es&as\\_sdt=0%2C5&q=%E2%80%9CLas+matrices+o+tablas+de+doble+entrada%3A+una+aplicaci%C3%B3n+pr%C3%A1ctica+en+las+investigaciones+de+dise%C3%B1o&btnG=](https://scholar.google.es/scholar?hl=es&as_sdt=0%2C5&q=%E2%80%9CLas+matrices+o+tablas+de+doble+entrada%3A+una+aplicaci%C3%B3n+pr%C3%A1ctica+en+las+investigaciones+de+dise%C3%B1o&btnG=)

- Sánchez Herás, E., & Tomás Gradolí, V. (2001). Intervención psicológica en conductas adictivas. *revista-trastornos adictivos-182*, 3(1), 7. Obtenido de <https://www.elsevier.es/es-revista-trastornos-adictivos-182-articulo-intervencion-psicologica-conductas-adictivas-13012721>
- Sierra, J., Ortega, V., & Zubeidat, I. (2003). Ansiedad, angustia y estrés: tres conceptos. *REVISTA MALESTAR E SUBJETIVIDADE*, 3(1), 10-59. Obtenido de redalyc: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=27130102>
- Sims Rodríguez, M., Ramírez Leyva, D., Pérez Castro, K., & Gómez García, K. (2017). Intervención psicológica en adultos mayores con depresión. *Humanidades medicas*, 17(2), 306-322. Obtenido de Scielo: <http://scielo.sld.cu/pdf/hmc/v17n2/hmc05217.pdf>
- Surmai, M., & Suff, E. (2021). Cognitive Behavioural Therapy: A Strategy to Address Pandemic-Induced Anxiety. *The Journal for Nurse Practitioners*, 18(1), 36-39. Obtenido de ScienceDirect: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1555415521004694>
- Torres G, T. E. (2007). TRASTORNO LÍMITE DE PERSONALIDAD: Tratamiento desde un enfoque Cognitivo Conductual. *Cuadernos de Neuropsicología / Panamerican Journal of Neuropsychology*, 1(3), 311-320. Obtenido de redalyc: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=439642480015>
- Urzúa , A., Vera-Villaroel, P., Caqueo-Urizar, A., & Polanco-Carrasco, R. (2020). La Psicología en la prevención y manejo del COVID-19. Aportes desde la evidencia inicial. *Terapia Psicológica*, 38(1), 103–118. Obtenido de scielo: <https://scielo.conicyt.cl/pdf/terpsicol/v38n1/0718-4808-terpsicol-38-01-0103.pdf>

- Valdiviezo-Jimenez, G. (2021). Eficacia de la Terapia Cognitiva Conductual Para el Trastorno Bipolar: una Revisión Sistemática. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 12. Obtenido de <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0034745021001025>
- Wood, W. D. (2014). Terapia cognitivo-conductual en el trastorno obsesivo-compulsivo. *Norte de Salud mental*, 12(49), 58-64. Obtenido de Dialnet: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4830460>
- Ybelisse, R. (2012). La hermenéutica como paradigma cualitativo emergente en el abordaje de la salud bucal. *ODOUS CIENTIFICA*, 13(2). Obtenido de Google Académico: <http://servicio.bc.uc.edu.ve/odontologia/revista/vol13-n2/art07.pdf>
- Ying, Y., Ji, Y., Kong, F., Chen, Q., Lv, Y., Hou, Y., . . . Ruan, L. (2021). *Internet-based cognitive behavioral therapy for psychological distress in older adults without cognitive impairment living in nursing homes during the COVID-19 pandemic: A feasibility study*. Obtenido de Pubmed: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34631432/>
- Zanafria Herrera, D. I., & Zambrano Mero, L. E. (2020). *Mindfulness (Atención Plena) para disminuir la depresión en adultos mayores (TesIs de grado)*. (TesIs de grado.Universidad Central del Ecuador). Obtenido de <http://www.dspace.uce.edu.ec/handle/25000/22535>
- Zhang, J., Wu, W., Zhao, X., & Zhang, W. (2020). Recommended psychological crisis intervention response to the 2019 novel coronavirus pneumonia outbreak in China: a model of West China Hospital. *Precision Clinical Medicine*, 3(1), 3-8. Obtenido de Google Académico: <https://academic.oup.com/pcm/article/3/1/3/5739969?login=false>



**Figura 3.**

*Matriz de recolección de tesis*

AÑO	AUTORES	TIPO DE TESIS	NIVEL	OBJETICO A CUMPLIR

(creación propia)

