

Técnicas clínicas para el tratamiento en la depresión durante los años 2009-2018 desde el análisis documental de 60 artículos, protocolos y manuales a nivel global

Autora:

Luisa Fernanda Acevedo Velásquez

Docente asesor

Luisa Fernanda Suarez Monsalve

Corporación Universitaria Minuto de Dios

Trabajo de grado en la modalidad de ponencia escrita en un evento académico

Para optar título en psicología

1. Resumen

El presente estudio pretende examinar la tendencia de las corrientes teóricas en relación a la implementación de técnicas para el tratamiento de la depresión durante el periodo 2009-2018.

Dada la naturaleza del estudio, se optó por un análisis documental, realizando un rastreo bibliográfico logrando un total de 60 artículos, protocolos y manuales asociados al tema generando como resultado se identificaron diferentes técnicas utilizadas desde diversos enfoques de la psicología como el humanista y cognitivo-conductual. Se reconoce, además, la importancia

que tienen estas técnicas usadas tradicionalmente, pues han contribuido a la recuperación de los pacientes, disminuyendo los síntomas depresivos y retornando al estado de bienestar.

Palabras claves: psicoterapia, estado del arte, técnicas de intervención, depresión.

2. Introducción

La depresión es un trastorno psicológico que en la actualidad ha cobrado bastante fuerza a nivel mundial, puesto que ha llegado a tener una gran incidencia a lo largo del mundo, generando una gran inquietud por parte de organizaciones públicas y privadas, con el fin de ahondar en su comprensión y por supuesto su tratamiento, generando políticas públicas y diversas estrategias, frente a este panorama la organización mundial de la salud (OMS)

Menciona que la depresión es conocida como la enfermedad del siglo XXI, ya que se ha convertido en un problema de salud, debido a lo discapacitante que puede llegar a ser, en algunos casos se convierte en una enfermedad que puede volverse crónica, disminuyendo así la capacidad de las personas para trabajar, estudiar, socializar o ejecutar algunas de sus actividades cotidianas. (Organización Mundial de la Salud, 2010.p.24).

El ejemplo anterior descrito permite reconocer el trastorno depresivo, y adentrarse en la dimensión de lo que este implica, pues es una situación que irrumpe en la profundidad de la psique del individuo, trastocando todas las diferentes dimensiones y escenarios en los que se desenvuelve. En cuanto a su incidencia mundial “Se calcula que hay en el mundo 350 millones de personas que se encuentran afectadas por la depresión, siendo el peor desenlace de ésta, el suicidio” (Organización Mundial de la Salud, 2010.p.24). por lo que se logra evidenciar la gran magnitud de lo que supone el poseer este trastorno y el riesgo que implica para la vida humana y su íntegro desenvolvimiento, a dicha situación se debe anudar, el hecho de que la depresión,

suele ser una enfermedad silenciosa y fácilmente estigmatizada, ya que la gran mayoría de personas suelen confundir esta con un estado emocional de tristeza y la idea de asistir a un centro médico, resulta algo aterrador para muchos, convirtiendo a la depresión en un reservorio amplio de tabúes, mitos e imprecisiones, con el fin de incidir positivamente a dicha situación es así como.

El 9 de octubre de 2012 (GINEBRA), con motivos del día mundial de la salud mental (10 de octubre), se realizó un llamado para acabar con la estigmatización de la depresión y de otros trastornos mentales, y de esta manera mejorar el acceso a los tratamientos (OMS, 2017, p.16)

Puesto que debido a dicha estigmatización muchas personas desconocen que poseen dicho trastorno, desencadenando que no busquen un tratamiento adecuado y por lo tanto no reciban la intervención necesaria. Lo anterior, se puede tornar claramente peligroso para los pacientes, ya que, al no acceder a los respectivos servicios de salud, la situación se puede empeorar y desencadenar situaciones irreversibles, como la muerte.

Sobre la base de las consideraciones anteriores se convierte en un llamado de atención para los profesionales de la salud, entre ellos la psicología clínica, ya que si se interviene a través de un diagnóstico adecuado basado en criterios clínicos establecidos, y técnicas adecuadas para el tratamiento de la depresión se ayudará a la preservación de la salud y la vida.

El panorama colombiano, en cuanto a la situación de la depresión, no es muy diferente al resto del mundo, donde se expresa que

los reportes de depresión han aumentado, haciendo evidente la necesidad de proponer cambios y mejoras en lo que respecta a las técnicas clínicas de tratamiento de este trastorno, es así como el Sistema Integral de Información de la Protección Social (SISPRO) reportó que las atenciones por depresión han venido

en aumento en nuestro país desde el año 2009, se calcula que en dicho año se atendieron con depresión moderada a 17.711, con depresión grave sin síntomas psicóticos a 4.703 y con depresión grave con síntomas psicóticos a 3.311 (p.4)

Por lo que como se ve en el panorama colombiano, la situación es bastante delicada y

Demanda una respuesta rápida y efectiva, donde los casos de depresión

Han venido en aumento significativamente, en el último registro tomado en el 2015, donde los resultados fueron con depresión moderada 36.584 con depresión grave sin síntomas psicóticos 8.385 y con depresión grave y con síntomas psicóticos 3.131. También en dicho reporte se puede identificar que la mayor proporción de personas atendidas por depresión moderada o severa corresponde a mujeres por ejemplo en el año 2015 el 70,4% de personas atendidas con depresión eran mujeres mientras que el 29,6% fueron hombres. (Ministerio de salud, 2017, p. 19.).

En el orden de las ideas anteriores se logra evidenciar, la gran incidencia de casos de depresión desde sus diferentes tipos y niveles, de igual forma es indiscutible que se debe tener un análisis e intervención con perspectiva de género teniendo en cuenta la gran incidencia de este trastorno en la población femenina, por lo que no es de extrañar que

La depresión contribuye de manera significativa a la carga global de enfermedad; es una de las principales causas de discapacidad y se estima que afecta a 350 millones de personas en el mundo, con prevalencias que oscilan entre 3.3 y 21.4%.² Este trastorno generalmente comienza en edades tempranas, reduce sustancialmente el funcionamiento de las personas, es un padecimiento recurrente y tiene importantes costos económicos y sociales. (Shoshana, & Lara. Et, al, 2013, p.2)

Lo anterior permite comprender de mejor manera, la forma en que este trastorno se presenta y se desenvuelve, tal cual es vivenciado no solo por el sujeto, sino por todo el micro y el macro sistema que lo circundan “Es por ello que la depresión se encuentra entre los primeros lugares de la lista de enfermedades discapacitante y se ha convertido en un objetivo prioritario de atención en todo el mundo” (Shoshana, & Lara. Et, al, 2013, p.2) Con el fin de ahondar un poco en la conceptualización de la depresión, se debe decir, que está. “Es el resultado de la interacción entre factores biológicos, heredados, del desarrollo y del contexto, que interactúan con las características individuales. Por ende, su estudio requiere de múltiples aproximaciones.” (Shoshana, & Lara. Et, al, 2013, p.3) por parte de las diferentes ciencias sociales y de la salud, así como de la psicología de forma específica, desde todas sus corrientes

Sin dejar de reconocer la importancia de analizar los avances en el campo de las neurociencias y la genética, que han proporcionado bases para corregir la división mente-cuerpo que constituyó una barrera para entender la relación entre cerebro, pensamiento, emoción y conducta (Shoshana, & Lara. Et, al, 2013, p.3)

De igual forma se priorizo la revisión de antecedentes, se encontró un artículo donde mencionan algunas técnicas desde la corriente cognitivo- conductual que han sido de utilidad para tratar estos síntomas depresivos, entre ellos se encuentra: la técnica de resolución de conflictos, esta se centra en entrenar a los individuos en habilidades para abordar los diferentes problemas; entrenamiento en habilidades de afrontamiento, esta se interesa por instaurar habilidades con el objetivo de que el individuo las utilice en situaciones de estrés o ansiedad; y por último, está la reestructuración cognitiva, que se encarga de identificar y modificar las condiciones des adaptativas (Sánchez, Alcázar y Olivares, 1999, p. 10).

Adicional a esto, Puerta y Padilla, mencionan “las técnicas, desde el enfoque mencionado anteriormente, como la resolución de problemas, activación conductual, meditación consciente, análisis situacional” (p.10. 2011). Siguiendo con esta corriente de la psicología, también se utiliza la relajación, entrenamiento asertivo, toma de decisiones, solución de problemas, manejo de tiempo, comunicación y planes de vida (Pérez y García, 2001, p.11).

Con este mismo enfoque Barraca menciona diferentes técnicas que emplean para tratar la depresión como: “role playing, Mindfulness, habilidades sociales, asertividad, distracción temporal, exposición a situaciones evitadas, programación de actividades y autorregistro, todas estas mostrando la eficacia en la reducción de los síntomas depresivos” (Barraca ,2009. p.5).

Por lo que como se ve el trastorno de la depresión desde sus diferentes niveles y tipos es un trastorno que se reconoce como multifacético y que de igual forma requiere de una intervención interdisciplinar y multimodal, con el fin de brindar a quienes la padecen una luz de esperanza en formular caminos de recuperación hacia una resocialización y mejora de su situación. Es a partir de todo lo anterior que surge la siguiente pregunta investigativa ¿Cuáles son las tendencias actuales de las corrientes teóricas psicológicas en relación a las técnicas derivadas en el tratamiento de la depresión durante el periodo 2009-2018?, así mismo se formula como objetivo general. Examinar la tendencia de las corrientes teóricas y sus técnicas derivadas en el tratamiento de la depresión durante el periodo 2009-2018, para el logro de este objetivo se pretende inicialmente Indagar la tendencia de las técnicas clínicas pertenecientes a la corriente cognitivo conductual en el tratamiento de la depresión durante los años 2009-2018, posteriormente reconocer la tendencia de las técnicas clínicas pertenecientes a la corriente humanista en el tratamiento de la depresión el periodo de 2009-2018, así mismo Sondar la tendencia de las técnicas clínicas pertenecientes a la intervención grupal en el tratamiento de la

depresión el periodo de 2009-2018, y por ultimo Explorar la tendencia de las técnicas neutras y no psicológicas en el tratamiento de la depresión el periodo de 2009-2018

Teniendo en cuenta que la depresión es un problema de salud pública que va en aumento, y que los indicios de este trastorno se dan cuando los sentimientos, pérdida de emoción, tristeza, ira frustración constante son repetitivos e interfieren en el buen desarrollo social y desenvolvimiento en todos los ámbitos de la vida, y llega al punto de ser incapacitante la realización de cualquier actividad por mínima que sea. Es de esta forma que el presente ejercicio investigativo surge del interés de la investigadora de profundizar de manera ética, y comprometida en la realidad del trastorno, aplicando los conocimientos previos y adentrarse en el fenómeno que a futuro deberá confrontar y ser un agente de cambio.

Ya que este trastorno se convierte en un factor alarmante para las entidades prestadoras de la salud mental, pues padecerla puede desencadenar en discapacidad mental.

Con base a lo anterior se trae a colación lo dicho por la OMS “(...) es pertinente que tanto los pacientes como los terapeutas conozcan e identifiquen la gran variedad de técnicas que existen para tratar dicha patología; el terapeuta no desconoce la variedad de técnicas que existen en el ámbito psicológico para la depresión” (OMS, 2017, p.4) por lo tanto se recalca la importancia y valides del propósito de este artículo, en cual se recopilan diversas de esas técnicas desde diferentes enfoques teóricos, permitiéndole al profesional en salud encontrar el método adecuado, de acuerdo a la necesidad del paciente. Ya que “se ha encontrado que el cambio de los síntomas se relaciona con factores comunes a las distintas modalidades psicoterapéuticas, debido a esto es que es necesario conocer de cerca los tratamientos indicados para las distintas manifestaciones depresivas, identificando combinaciones terapéuticas” (Puerta, Padilla, p.10 2011.) ya que de esta forma se lograra identificar los elementos más efectivos, de cada técnica y comprender de mejor

manera las vías de solución, “brindando a sí diferentes herramientas para tratar dicho trastorno, porque por más que se quiera buscar un tratamiento efectivo o una sola técnica que pueda ofrecer a todos los pacientes diagnosticados con depresión una estabilidad adecuada aún no ha sido encontrada”. (Puerta, Padilla, p.10 2011.)

Como se mencionó anteriormente la depresión, es una enfermedad que no sólo incapacita si no que puede desencadenar con la muerte.

(OMS, 2017), es por esto que se requiere de gran cuidado por parte de los profesionales y entidades de salud al momento de trabajar con dicha patología, donde se haga uso de los tratamientos adecuados y de la implementación de técnicas pertinentes, para llegar alcanzar una estabilidad adecuada en los pacientes y no desencadenar en un resultado negativo. (OMS, 2017, p.19),

Cabe señalar que según Hornstein (Citado por Bogaert, 2012) “la psicoterapia de los trastornos depresivos adquiere especial relevancia si tenemos en cuenta que el 50% de los pacientes no responde a la psicofarmacología, y otros no son susceptibles de tratamiento farmacológico por diversas razones.” (Bogaert, 2012, p. 191). Es por esto que es necesario que el terapeuta conozca y pueda, a través de la realización de un rastreo documental encontrar artículos como este que les ayude a identificar algunas de las técnicas de aplicación, con el fin de beneficiar a cada uno de los pacientes con un tratamiento adecuado.

Por lo que los psicólogos clínicos debe asumir que aunque “no se puede desconocer que, la mejoría de los síntomas de la depresión mediante la aplicación de psicofármacos es innegable, las técnicas clínicas utilizadas en la psicoterapia conciernen a la dimensión personal y singular del trastorno” (García, 2012, p. 191),

Adicional a esto, es importante que los profesionales de la salud mental se estén actualizando constantemente de algún cambio o alguna técnica nueva que ayude a su crecimiento como

profesional y con el fin de ofrecer credibilidad y confiabilidad a sus pacientes y a sus familias. Esta investigación beneficia a la comunidad académica, permitiéndole a los estudiantes encontrar en sus rastreos bibliográficos artículos como este que les permita en un solo artículo encontrar una gran variedad de técnicas para la depresión desde diferentes corrientes teóricas, sin necesidad de buscar corriente por corriente, también será de gran utilidad para aquellos estudiantes y profesores que estén trabajando con pacientes diagnosticados con depresión ya que este les servirá como insumo o guía al momento de aplicar alguna técnica.

Teniendo en cuenta que el eje central de este análisis documental es el del trastorno de la depresión, desde este punto se introducirán un repertorio de autores y definiciones que permitan una comprensión cabal de lo que este fenómeno es y representa, Para la OMS la depresión es “un trastorno mental frecuente que se caracteriza por la presencia de tristeza, pérdida de interés o placer, sentimientos de culpa o falta de autoestima, trastornos del sueño o del apetito, sensación de cansancio y falta de concentración” (OMS, 2017.p.3).

En este punto, es importante realizar una precisión conceptual, ya que usualmente se confunde la depresión con aquel sentimiento de tristeza que experimenta el ser humano en el transcurrir de su vida, sin embargo, nada está más alejado de la realidad ya que la tristeza es una de las variaciones habituales del estado de ánimo y de las respuestas emocionales breves a los problemas de la vida cotidiana.

Tabla 1***Definición de depresión***

<u>Definición</u>	<u>Síntomas</u>	<u>Síntomas cognitivos</u>
Una alteración patológica del estado de ánimo con descenso del humor en el que predominan los síntomas afectivos	Sentimientos de dolor profundo. Culpa, de soledad, tristeza patológica, decaimiento, irritabilidad.	Baja atención, concentración y memoria, pensamientos de muerte o ideación suicida), volitivo (apatía, anhedonia, retardo psicomotor, entre otros) y somático (cefalea, fatiga, dolores, alteraciones del sueño, etc.), Por lo que es una afectación global de la vida psíquica en mayor o menor grado, están presentes síntomas de tipo cognitivo

Fuente: En el Centro Nacional de Excelencia Tecnológica en Salud. (2015, p. 14).

De acuerdo con los razonamientos que se han venido realizando han sido varias las corrientes de la psicología que han brindado desde las conceptualizaciones de diferentes autores, indispensables contribuciones para comprender el fenómeno, para iniciar se presenta la definición desde la perspectiva cognitiva clínica: a través del Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales (DSMV) en el cual se considera a la depresión como un trastorno del estado de ánimo, el cual se subdivide en: Trastorno depresivo mayor, que se da en un periodo de al menos 2 semanas en la que hay un estado de ánimo deprimido o una pérdida de interés o placer en casi todas las actividades, en los niños y adolescentes el estado de ánimo puede ser irritable en lugar de triste, el sujeto también debe experimentar al menos otros cuatro síntomas de una lista

que incluye cambios de apetito o peso, del sueño y de la actividad psicomotora; falta de energía; sentimientos de infravaloración o culpa; dificultad para pensar, concentrarse o tomar decisiones, y pensamientos recurrentes de muerte o ideación, planes o intentos suicidas; Trastorno distímico, se caracteriza por al menos 2 años en los que ha habido más días con estado de ánimo depresivo que sin él, acompañado de otros síntomas depresivos que no cumplen los criterios para un episodio depresivo mayor; y trastorno depresivo no especificado este se incluye para codificar los trastornos con características depresivas que no cumplen los criterios para un trastorno depresivo mayor, trastorno distímico, trastorno adaptativo con estado de ánimo depresivo o trastorno adaptativo con estado de ánimo mixto ansioso y depresivo (o síntomas depresivos sobre los que hay una información inadecuada o contradictoria). (American Psychiatric Association (2014). Diagnostic and statistical manual of mental disorders 5a. ed. p.23)

Por lo que, desde esta perspectiva, se logra una detallada descripción de lo que es el trastorno, sus síntomas, signos y expresiones en la vida cotidiana. Así como sus tipos y niveles, de igual forma se presentan una descripción clínica del trastorno, pero esta vez desde un modelo médico

Para la Clasificación Internacional de Enfermedades 2000 (CIE) la depresión se incluye entre los trastornos del humor (afectivos) y se clasifica en: episodio depresivo leve, moderado, grave sin síntomas psicóticos, grave con síntomas psicóticos y otros tipos de episodios depresivos (estados depresivos sin especificación o atípicos), mismos que suelen acompañarse de un cambio en la actividad general asociada con otros síntomas, la mayoría de las veces secundarios. World Health Organization. (2000). (CIE 10, 2010 p.20)

Las posturas anteriores presentan ciertos elementos en común, logrando con ello visualizar la depresión como una alteración del estado del ánimo que afecta no sólo la psique de las personas afectadas sino también su ámbito cognitivo y físico, a continuación se presentan otros modelos

psicológicos que expanden la comprensión de la depresión, el primero de estos que aunque no es precisamente psicología, si ha tenido una comunicación constante con esta y es a través de su fundador que se explica la perspectiva psicoanalítica, Freud en 1917 concibe la depresión, como “una reacción a una pérdida sobre la base de una elección narcisista del objeto” (citado por Carrasco, 2017, p. 185). Así mismo planteaba que la inhibición era uno de los signos del estado depresivo, lo que ocasiona a una renuncia que limita la función del yo. (Marin, 2016, p 10.)

Por su parte desde una perspectiva de los modelos de la psicología humanista

Según Welwood (2002), la depresión puede ser considerada como una pérdida de la apertura y de la sensibilidad básica a la realidad en la que se asienta la salud y el bienestar, considerándola como una condición patológica. A su vez, Baztán (2008) describe la depresión como un “hundimiento vital”, relacionado principalmente con una merma de la libertad interior, en un sentido existencial. (Marin, 2016, p 10.)

Por último, desde la psicología humanista está Viktor Frankl quien menciona que la depresión se basa por la falta de sentido de vida, caracterizándose por la ausencia de metas y una visualización al futuro. Sosteniendo que es normal que se presente esto en los individuos pero que si se prolonga por mucho tiempo se puede volver un vacío existencial crónico y por ende una depresión (como se cita en Ramos, 2012, p 16).

Mientras, que el enfoque conductual propone romper patrones de autoagresión y lograr una asociación más favorable de los estímulos ambientales, Skinner (1953), “en el libro ciencia y conducta humana, define la depresión como un debilitamiento de la conducta debido a la interrupción de secuencias de conducta que han sido positivamente reforzadas por el ambiente social.” p.69 es de esta forma que desde este modelo lo “que se propone recompensar la

conducta deseable y no recompensar la indeseable con el objeto de disminuir la frecuencia” (Cabrales, 2006, p22).

Este propone que las percepciones de la realidad son las que determinan al sujeto, el sujeto dota de significado al problema. Según Smith, (citado por Cabrales, 2006, p. 6),

“considerando el manejo que se le da a la regulación de las conductas a partir de un ajuste, adaptación y readaptación de éstas dentro de un conjunto de circunstancias ambientales cambiantes. Este enfoque explica la depresión expresando que los factores ambientales y cognitivos son los responsables de la presencia de este trastorno, pues los últimos manipulan los efectos del ambiente en que se desarrolla la persona” (Hernández, 2010, p.3.).

En esta misma línea cognitiva, se ubica el enfoque cognoscitivo el cual busca cambiar los estilos cognitivos negativos, busca la reestructuración o modificación de cogniciones (ideas/creencias irracionales) “en función de un cambio previo o posterior de conductas. Este enfoque se refiere a la forma en que el hombre ‘procesa’ en su mente la información, la evalúa y reacciona en función de sus planes y previsiones. Al mismo tiempo se analiza los constructos que motivan la conducta del paciente” (Cabrales, 2006, p. 4).

De los modelos cognitivos, el que más investigación ha generado ha sido el enfoque de Aarón Beck (1967), el cual propone una cadena de elementos causales, siendo el primero, las experiencias negativas tempranas generando esquemas y actitudes disfuncionales, lo que lleva a que surjan los productos mentales negativos sesgados, también llamados pensamientos negativos que reflejan una visión negativa de uno mismo, del mundo y del futuro (la llamada triada cognitiva) y que sería el precursor más inmediato de la depresión (Beck , 1967. p.20).

De igual forma, desde este modelo se expresa que

“los sujetos deprimidos se caracterizan por la presencia de una serie de esquemas cognitivos negativos que condicionan la construcción de la realidad del sujeto deprimido, de forma que cuando se activan tales esquemas, estas personas manifestaron una pauta de errores cognitivos negativos a todos los niveles de procesamiento”. En las formas de procesar la información se manifestaron los sesgos cognitivos, que, según la teoría de Beck, se producirían en todas las fases de procesamiento: atención, memoria, atribuciones causales, interpretación, etc. De forma que Beck afirma que los sucesos negativos o sucesos estresantes, mantienen una relación bidireccional con la depresión. (Beck, 1967 p. 144)

En el enfoque interpersonal de la depresión para analizar cómo éste, se encuentra basado en ideas que provienen de la escuela de psiquiatría interpersonal, de la teoría del apego y de los roles sociales. El enfoque interpersonal tiene como principio fundamental que eventos en la infancia temprana influyen en la subsecuente psicopatología.

Este punto de vista plantea al vínculo entre vulnerabilidad interpersonal y depresión, usa la conexión entre los actuales eventos de la vida y la aparición de los síntomas depresivos como un marco que permite ayudar a los pacientes a superar su malestar. Plantea que eventos perturbadores pueden precipitar el trastorno en individuos vulnerables y, a su vez, el ánimo depresivo lleva a retraimiento social, fatiga, pobre concentración y en consecuencia a otros eventos negativos (Carrasco, 2017 p.30).

3. Consideraciones éticas

De acuerdo con los principios establecidos en el código deontológico y la ley 1090 del 2006 la presente investigación, cimentara sus bases investigativas en los principios éticos, allí mencionados, logrando de esta forma fomentar la transparencia en la creación de documentos investigativos, respetando los derechos de autor y el tratamiento a la información consultada.

Según Ministerio De La Protección Social Ley Número 1090 (MINSALUD, 2006)

Que reglamenta el ejercicio de la profesión de psicología. (Código deontológico).

Según Salazar (2018) “La ética, parte de la filosofía que trata de la moral y de las obligaciones del hombre, está presente en toda forma de actuación humana” (p.2).

Capitulo VII. De La Investigación Científica, La Propiedad Intelectual Y Las Publicaciones. Artículo 49. Los profesionales de la psicología dedicados a la investigación son responsables de los temas de estudio, la metodología usada en la investigación y los materiales empleados en la misma, del análisis de sus conclusiones y resultados, así como de su divulgación y pautas para su correcta utilización.

Artículo 50. Los profesionales de la psicología al planear o llevar a cabo investigaciones científicas, deberán basarse en principios éticos de respeto y dignidad, lo mismo que salvaguardar el bienestar y los derechos de los participantes.

Artículo 51. Es preciso evitar en lo posible el recurso de la información incompleta o encubierta. Este sólo se usará cuando se cumplan estas tres condiciones:

- a) Que el problema por investigar sea importante;
- b) Que solo pueda investigarse utilizando dicho tipo de información;
- c) Que se garantice que al terminar la investigación se les va a brindar a los participantes la información correcta sobre las variables utilizadas y los objetivos de la investigación

Artículo 56. Todo profesional de la Psicología tiene derecho a la propiedad intelectual sobre los trabajos que elabore en forma individual o colectiva, de acuerdo con los derechos de autor establecidos en Colombia. Estos trabajos podrán ser divulgados o publicados con la debida autorización de los autores.

4. Metodología

La presente investigación es de tipo **exploratoria -descriptiva**, con un diseño de investigación documentada, ya que su procedimiento, se cimienta en el estudio minucioso y específico del tema elegido a investigar, en diferentes fuentes de información, por lo tanto, exige una selección rigurosa y una organización coherente de los datos recogidos. por tanto, es un análisis documental, es así como la investigación documental según los autores:

Es una caracterización de un hecho, fenómeno, individuo o grupo, con el fin de establecer su estructura o comportamiento. Los resultados de este tipo de investigación se ubican en un nivel intermedio en cuanto a la profundidad de los conocimientos se refiere. (Fidas G, Arias. 2006 p. 24)

Por lo cual, en la búsqueda de profundidad teórica, desde este enfoque metodológico, se abre la La investigación descriptiva con énfasis en los:

- a) Estudios de medición de variables independientes: Su misión es observar y cuantificar la modificación de una o más características en un grupo, sin establecer

relaciones entre éstas. Es decir, cada característica o variable se analiza de forma autónoma o independiente. Por consiguiente, en este tipo de estudio no se formulan hipótesis, sin embargo, es obvia la presencia de variables. “Los estudios descriptivos miden de forma independiente las variables y aun cuando no se formulen hipótesis, tales variables aparecen enunciadas en los objetivos de investigación.” (Fidas G, Arias. 25)

Por otro lado, en relación con la conceptualización de La **monografía**: Kaufman y Rodríguez, (Como cito Morales, O, 2003, p. 2) expresan que es un texto de información científica, expositivo, de trama argumentativa, de función predominantemente informativa, en el que se estructura en forma analítica y crítica la información recogida en distintas fuentes acerca de un tema determinado. Exige una selección rigurosa y una organización coherente de los datos recogidos. La selección y organización de los datos sirve como indicador del propósito que orientó la escritura.

Teniendo en cuenta la manera en que se presentaran los datos y el tipo de investigación que es el de un análisis documental, a continuación, se presenta un acercamiento inicial

, Según Alfonso, (citado por Morales, 2003) señala que la investigación documental, es un procedimiento científico, un proceso sistemático de indagación, recolección, organización, análisis e interpretación de información o datos en torno a un determinado tema. Al igual que otros tipos de investigación, éste es conducente a la construcción de conocimientos. (p.5)

El análisis de la categoría se realizó por documento, es decir de 100 documentos seleccionados e investigados se seleccionaron los que se encontraban más acorde al tema y a cada uno se realizó

ficha investigativa y las cuales posteriormente ayudaron a organizar la información por categorías y por rango de información relevante, así como se evidencia en la siguiente imagen y demás.

Anexos 8.

Análisis categorial

Fecha de recolección de información 2	
Categoría:	Técnicas clínicas desde una perspectiva de psicoanálisis o grupo conductual
Tipo	Artículo
técnicas	Esquema de actividades, Mindfulness
Título del documento:	La activación conductual (AC) y la terapia de activación conductual para la depresión (TACD)
Datos bibliográficos (norma APA 6a edición):	Burns, J. 2009 p.14. Recuperado de: http://www.psychoactive.com/activacion-conductual/00000120200710000041413.pdf
objetos	Comparar los dos protocolos descritos para la intervención (AC y TACD) a fin de determinar su grado de efectividad y de implementación.
Resumen del texto:	La terapia de activación conductual ha demostrado en poco tiempo su gran utilidad para el tratamiento de la depresión. Al menos uno de los protocolos (el de la AC) se considera un tratamiento probablemente eficaz y se ha incluido en los manuales más prestigiosos de intervención psicológica.
Conclusiones	La terapia de activación conductual ha demostrado en poco tiempo su gran utilidad para el tratamiento de la depresión. Al menos uno de los protocolos (el de la AC) se considera un tratamiento probablemente eficaz y se ha incluido en los manuales más prestigiosos de intervención psicológica.
Palabras clave:	Activación Conductual, Terapia de Activación Conductual para la Depresión, Tratamiento Conductual, Depresión.

Fecha de recolección de información 3	
Categoría:	Técnicas clínicas desde una perspectiva grupal
Tipo	Artículo
técnicas	Talleres educativos
Título del documento:	Activación y manual práctico de: Eficacia de un modelo de intervención para mejorar la autoestima y disminuir los síntomas de depresión
Datos bibliográficos (norma APA 6a edición):	Buñuel, Vera, M. Kovalic, J. Foxo, J. 2010. Recuperado de http://www.mindalab.org/pdf/2332/233218111062.pdf
objetos	Evaluar la eficacia de los talleres que ofrecen el programa MEFA en el fortalecimiento de la autoestima de adolescentes y jóvenes adultos.
Resumen del texto:	Esta investigación tuvo el propósito de evaluar la eficacia de los talleres que ofrecen el programa MEFA en el fortalecimiento de la autoestima de adolescentes y jóvenes adultos, así como cómo están.
Conclusiones	“Conocer las prácticas psicoeducativas basadas en la evidencia permite a los profesionales analizarla de la conducta humana comparando la literatura con respecto a los resultados de dichas investigaciones y aplicar las intervenciones que mejor concuerdan a los participantes de los talleres que ofrecen”.

	La Depresión (TACD) es un modelo de intervención muy estructurado que se fundamenta en principios de aprendizaje sistemático (información positiva, hoy de igualación) y en técnicas bien contrastadas (psicoeducación de actividades, información cognitiva, contacto conductual).
Conclusiones	El TACD supone un ejemplo paradigmático de que contra la intervención en un caso poco técnico bien contrastado, antes de recurrir a un ejemplo simple de ello, no conviene analizar la eficacia, incluso en cuando ciertamente difícil como es la depresión.
Palabras clave:	Tratamiento de Activación Conductual para la Depresión, Activación Conductual, Depresión, Terapia de Conducta.

Fecha de recolección de información 3	
Categoría:	Técnicas clínicas desde una perspectiva grupal
Tipo	Artículo
técnicas	Talleres educativos
Título del documento:	Activación y manual práctico de: Eficacia de un modelo de intervención para mejorar la autoestima y disminuir los síntomas de depresión
Datos bibliográficos (norma APA 6a edición):	Buñuel, Vera, M. Kovalic, J. Foxo, J. 2010. Recuperado de http://www.mindalab.org/pdf/2332/233218111062.pdf
objetos	Evaluar la eficacia de los talleres que ofrecen el programa MEFA en el fortalecimiento de la autoestima de adolescentes y jóvenes adultos.
Resumen del texto:	Esta investigación tuvo el propósito de evaluar la eficacia de los talleres que ofrecen el programa MEFA en el fortalecimiento de la autoestima de adolescentes y jóvenes adultos, así como cómo están.
Conclusiones	“Conocer las prácticas psicoeducativas basadas en la evidencia permite a los profesionales analizarla de la conducta humana comparando la literatura con respecto a los resultados de dichas investigaciones y aplicar las intervenciones que mejor concuerdan a los participantes de los talleres que ofrecen”.

La selección de los artículos manuales se realizó por ser la mejor opción según el presente tipo de investigación, ya que permite el análisis global del tema de estudio, lo cual no solo permite tener una visión clara a nivel nacional, si no también obtener una perspectiva clara a nivel internacional, En este orden de ideas se entiende que a las futuras investigaciones se les permitirá ser una fuente de consulta, con información analizada, seleccionada, y categorizada lo cual brindara ahondar en el tema de forma directa y comparativa.

Fase 1: de rastreo. Identificación del objeto o tema de estudio para esto fue necesario recurrir a fuentes documentales, bibliográficas a nivel global. En esta fase también se consideraron algunas reflexiones, análisis y consideraciones obtenidas de la propia experiencia obtenida en

cada una de las fuentes de consulta, ya que estas nos permitieron dimensionar lo global del tema y así lograr una categorización de la información la cual sea precisa o concisa.

Fase 2: selección de la información recolectada.

En relación con este último una vez revisada, analizada e interpretada la información seleccionada para la presente investigación se elaboró el documento o instrumento que posteriormente se usó para guardar la información recolectada, ver desde los anexos 1 hasta el 5 para la elaboración del anterior documento mencionado se revisaron varias fuentes de consulta de revistas indexadas, y bibliotecas de universidades, y documentos de revistas científicas mencionados cada uno de ellos más adelante. Esto nos permitió llegar a una versión definitiva de la investigación o tema de estudio.

4.1. Instrumentos de recolección de información

Ilustración 1

Formato de ficha de trabajo para el trabajo y análisis para la sistematización de la información.

Ficha de recolección de información. No.

Categoría:

Fecha de consulta:

Título del documento:

Datos bibliográficos (norma

APA 6ta edición):

Ciudad y país:

Lugar de consulta:

Resumen del texto:

Palabras claves:

Observaciones personales:

Elaboración: propia.

Fase 3: sistematización de la información.

4.2.Tratamiento de la información

Se realizará la selección de la información en fuentes investigadas, por jerarquía según la importancia dentro del proceso de investigación, que permita evidenciar un análisis, conclusiones, y recomendaciones acerca del tema de investigación y se tendrá en cuenta los parámetros sobre el manejo adecuado de la información, así como la futura creación de categorías y subcategorías subsidiarias. En síntesis, para el desarrollo de la presente investigación documental, se requiere, como condición necesaria. **Ver anexo 7**

Según Morales, (2003)

Un tema seleccionado y delimitado, justificado, producto de la documentación o de la reflexión personal. Igualmente se requiere plantear un marco de referencia preliminar que permita orientar la recolección de la información y la redacción posterior de la monografía o informe de la investigación (p.5).

De igual forma acatando las recomendaciones del autor, para la presentación de la escritura científica, con el fin de ahondar en el análisis de las tesis, así como evidenciar efectivamente los resultados recogidos, por lo que

Es imprescindible ser preciso, claro y sintético, lo cual puede permitir abordar sólo lo contemplado, lo pertinente, lo que responda a la pregunta de investigación. Finalmente, para la redacción se requiere agotar varias versiones, experimentar, totalmente, el proceso de escritura. Con las acertadas observaciones del docente, se podrá lograr un producto mejor estructurado, más coherente y, en consecuencia, más comprensible. Mendoza (Citado por Morales, 2003, p. 6)

Los elementos que se utilizaran para obtener la información y el posterior análisis de la misma, serán los siguientes: Libros, Enciclopedias, Fuentes bibliográficas o documentales, Revistas especializadas, Periódicos, artículos científicos, encuestas realizadas por terceros en la cuales se obtendrá información estadística del fenómeno de estudio, páginas de Universidades en las cuales se han realizado trabajos investigativos sobre el tema de estudio, folletos o cartillas de las instituciones Colombianas en las cuales se refleja una amplia investigación sobre el tema de estudio.

4.3.Fuentes acreditadas de consulta

- ✓ Scielo.org: revista científica.
- ✓ Artículos científicos UNIMINUTO.
- ✓ Código Sustantivo del Trabajo Colombia.
- ✓ Redalyc.org revista científica.

Entre otros.

4.4.Uso de la información recolectada

Se estudiará, evaluará y se realizará un análisis comparativo observacional mediante el uso de fichas bibliográficas, así como un rastreo comparativo de la información hallada en las bases de datos, así mismo se comprimirá en la matriz de categorial en la cual se ha depositado los aspectos más importantes a tener en cuenta en el análisis y presentación de resultados, se realizara un sondeo a cada una de las fuentes consultadas y de este se creara un ensayo informático en el cual se destacara los aspectos más importantes de toda la investigación y de estos tomar las recomendaciones del trabajo, y resultados y conclusiones finales.

5. Discusión

En el presente apartado se expondrán los diferentes antecedentes investigativos, los cuales se seleccionaron por su relevancia y pertinencia con el objetivo general y específico del presente análisis documental, su hallazgo se logró gracias al motor de búsqueda de Google académico, con un total de 15.900 resultados obtenidos, desde el cual se fue redirigida a diversos portales de revistas virtuales, bases de datos indexadas, repositorios de universidades y organizaciones tanto públicas como privadas, entre las que se destacan (Redalyc, proquest,)

con los que se logra delimitar un vasto piso teórico, con elementos fuertemente constituidos en cuanto a conceptos teóricos y metodológicos, que permitieron profundizar y ampliar el conocimiento sobre las tendencias actuales en la intervención psicológica de la depresión desde una mirada prismática y multidimensional, en este acercamiento se logró identificar una tendencia entre el uso de técnicas y enfoques desde las diferentes escuelas de la psicología, que a posteriori se convirtieron en categorías de análisis claramente reconocibles y que se vieron diversificadas por la gran gama de bifurcaciones en cuanto a estilos terapéuticos y técnicas emergentes, dando como producto final 60 tesinas subyacentes de diferentes niveles de formación desde el pregrado hasta doctorado.

De igual forma teniendo en cuenta la gran cantidad de artículos seleccionados, y reconociendo el espacio limitado para exponer cada uno de ellos, en estos apartados expondrán una versión resumida, rescatando aquellos elementos más importantes para los fines del análisis, a saber (código numérico, técnicas evidenciadas, título, objetivo general, resultados) así como la presentación de las 60 tesinas en el apartado de anexos, a modo de evidencia y consulta por parte del lector.

Categorías técnicas clínicas desde una perspectiva de psicoterapias cognitivo conductuales (ver anexo 1)

Este primer conglomerado de tesinas representa a un tercio del total de tesinas que componen el presente apartado, demostrando la gran popularidad que posee el modelo cognitivo conductual para el tratamiento terapéutico de la depresión, esta categoría se puede dividir en cuatro subcategorías que muestran una tendencia clara en temáticas.

la primera de estas categorías sería la relación tripartita entre depresión, un trastorno físico o mental subsidiario, y por supuesto la terapia cognitiva, como primer ejemplo, está la tesis titulada “Eficacia de la terapia cognitivo- conductual en mujeres con cáncer de mama” donde “la terapia cognitivo conductual demostró eficacia en la muestra estudiada”.

otro claro ejemplo se presenta en la tesis “Entrenamiento en estrategias cognitivo- conductuales de afrontamiento de los síntomas depresivos para aumentar niveles de adherencia al tratamiento en pacientes con insuficiencia renal crónica de la Unidad Renal Dial Ibarra de la ciudad de Ibarra”, la cual tuvo como objetivo “Disminuir los síntomas depresivos y mejorar el nivel de adherencia al tratamiento”, logrando “la mejoría en el estado de ánimo y la reducción de los síntomas depresivos de los participantes, además se redujo sustancialmente el índice de distorsiones cognitivas y con ello se mejoró el nivel de adherencia al tratamiento médico y se promovió la calidad de vida de los pacientes y sus familiares”

en cuanto a esta relación tripartita en función de un trastorno mental subsidiario, el mejor ejemplo es la tesis titulada “Terapia de activación conductual para la depresión: aplicación a un paciente con esquizofrenia paranoide”, donde “Los resultados demuestran que la intervención ha resultado muy eficaz para disminuir la sintomatología depresiva inicial dejando de cumplir criterios de episodio depresivo al finalizar el tratamiento y manteniéndose este resultado durante el seguimiento” por lo que en este tipo de relación donde el trastorno mental va acompañado de una enfermedad física o mental , la función del terapeuta en esta labor interdisciplinar es la de

brindar bienestar al paciente y familiares, así como el facilitar la adherencia al tratamiento para una recuperación integral.

La segunda subcategoría está enfocada en las tesis que centran su análisis desde una mirada del ciclo vital y diferentes niveles de depresión desde distimia hasta depresión mayor, generalmente presentados bajo la metodología de estudio de caso teniendo un alto componente clínico, el primero de estos “Intervención cognitivo conductual en un caso de depresión mayor moderada.” Donde la intervención fue ejecutada a través de “técnicas de relajación, reestructuración cognitiva, activación conductual e inoculación del estrés.”, el segundo estudio de caso que pertenece a esta subcategoría, se titula “Tratamiento cognitivo-conductual en depresión mayor, distimia e ideación autolítica persistente”, donde la TCC, mostro resultados satisfactorios, en función de “una mejoría anímica, afectiva, funcional y social, así como una desaparición de la ideación suicida”.

en cuanto a la relación con el ciclo vital se encuentran dos tesis contextualizadas a la realidad adolescencia, la primera de estas se titula “Relación entre conductas autolesivas, ansiedad y depresión en adolescentes, una guía enfocada desde el modelo Cognitivo Conductual” mientras que la segunda lleva por nombre “Ideación suicida y respuesta a la terapia cognitiva conductual en adolescentes puertorriqueños/as con depresión mayor”, en estos pocos renglones se expone las problemáticas más usuales en las que los adolescentes con algún nivel de depresión recurren o son derivados a una atención psicológica, donde la TCC, ha mostrado un manejo efectivo.

Los siguientes tres artículos, se adentran en la realidad femenina y algunos de los diferentes roles que puede asumir dentro de la sociedad, el primero de estos ahonda “La efectividad de la terapia cognitiva de la depresión en cuatro mujeres cuyas edades oscilan entre los 30 y 50 años”

el segundo aborda la “Aplicación de la terapia cognitiva para tratar depresión en una ama de casa” y el tercero de estos es una “Propuesta psicoterapéutica enfocada en la aplicación de técnicas cognitivo conductuales para reestructurar distorsiones cognitivas en la depresión en un caso de divorcio” por lo que se logra dimensionar la depresión desde una mirada cronológica y a la TCC, como una herramienta flexible y útil en diferentes escenarios, con una eficacia ampliamente documentada.

Por último se encuentran los artículos que abordan la relación entre la TCC y la depresión en la etapa de la vejez, de los cuales se rescatan dos, la primera titulada “Psicoterapia cognitivo conductual de grupo anualizada como una alternativa de intervención con adultos mayores” y la segunda “Efectos de la terapia cognitivo-conductual sobre la depresión en personas mayores institucionalizadas” desde la que expresan sus autores que “Numerosos estudios han puesto de manifiesto la alta prevalencia de la depresión, cuyas cifras son todavía mayores en la vejez, especialmente en personas mayores institucionalizadas. Los resultados encontrados en la variable satisfacción mostraron una mejora de ésta en el grupo tratamiento tras la aplicación de la terapia de reestructuración cognitiva”

En cuanto a la tercera y última subcategoría, se formula desde una perspectiva de relaciones innovadoras e integradoras entre la terapia cognitiva y otras formas de terapia estrechamente relacionadas, el primer artículo que hace parte de las tesis pertenecientes a esta categoría recuerda la relación estrecha que existe entre la medicación psiquiátrica y la aplicación de psicoterapia, la tesis lleva por nombre “Eficacia de los antidepresivos y de la psicoterapia en el tratamiento de la depresión” desde la cual se expone que “Ningún estudio de meta análisis concluyó que el uso de antidepresivos era superior en efectividad al empleo de la psicoterapia. (...) no se recomienda el uso de antidepresivos en la depresión menor o en la depresión mayor leve (salvo excepciones),

y que la depresión mayor moderada o grave debe recibir un tratamiento combinado de antidepresivos y psicoterapia.”

Mientras que las dos siguientes tesinas, aterrizan la cada vez más común realidad de las sesiones psicológicas vía online, la primera titulada “psicoterapia a través de internet Recursos tecnológicos en la práctica de la psicoterapia” y el segundo “Psicoterapia vía internet: aplicación de un programa de intervención cognitivo-conductual para pacientes con depresión” desde el cual “Exponen los hallazgos obtenidos de la aplicación de una intervención cognitivo-conductual vía internet para pacientes con depresión.” A lo cual exponen que “la psicoterapia vía internet está en constante cambio y crecimiento, en la medida en que la tecnología sigue avanzando. La tarea pendiente es dar cuenta de los rendimientos, fallas y aciertos en la aplicación de estas nuevas tecnologías en el tratamiento de trastornos psicológicos”

Categorías técnicas clínicas desde una perspectiva de psicoterapias humanistas (ver anexo 2)

Esta categoría está conformada por 10 tesinas se pueden dividir en tres subcategorías, la primera de estas, es las que conforman Técnicas clínicas desde la terapia Gestalt y logoterapia, la primera de estas se titula “Caso clínico: investigación gestáltica en trastorno de personalidad dependiente y depresión mayor.”, el cual conto con técnicas como; “darse cuenta, aquí y ahora, autorregistro o registro de pensamiento”, la segunda tesina se titula “Estudio de caso basado en terapia humanista” desde el cual se concluyó que “el uso de la Gestalt en la paciente fue positivamente favorable, se cumplió con los objetivos de terapia que se establecieron a un inicio, lo más importante es que se creó confianza en la paciente. A su vez los niveles de ansiedad, miedo y evitación bajaron.”

Para cerrar este apartado se presenta la tesis “Proyecto de vida con Enfoque Humanista para la prevención de consumo de drogas en adolescentes que presentan depresión y ansiedad de la Unidad Educativa Jadán” la cual se propuso como objetivo principal “conocer la influencia del proyecto de vida con enfoque humanista en adolescentes con problemas de depresión” lo que les permitió constatar que “la logoterapia es una herramienta útil para el desarrollo de proyectos de vida y estos fortalecieron a los adolescentes como un mecanismo de protección frente a sus problemas”

La segunda subcategoría, se refiere a las técnicas clínicas con enfoque en la arteterapia, la primera a exponer es la que encabeza la tabla, titulada “Psicoterapia psicodramática: una forma de diagnóstico y tratamiento para la depresión”. Cuyo objetivo fue “Reflexión epistemológica, teórica y metodológica del abordaje psicodramático, como modelo diagnóstico y psicoterapéutico y sus aplicaciones específicas en los trastornos de alta prevalencia en la actualidad, como son los trastornos depresivos.” Logrando determinar en esta terapia permite que “las defensas instaladas suelen disminuir las capacidades de respuestas afectivas, congelándose la rabia o la pena, quedando enquistada la posibilidad de conciencia y catarsis de integración.”, la siguiente tesis se titula “Terapia Narrativa basada en la atención plena para la depresión. La cual se planteó como objetivo “Conceder la importancia equipotencial a la capacidad que tenemos como seres humanos para construir historias.”

La tercera y última subcategoría, se compone de tesis que exponen técnicas clínicas desde la **psicoterapia positiva** se cuenta con dos tesis la primera lleva por nombre “Diseño de una intervención basada en técnicas de regulación emocional y psicología positiva para un caso de trastorno depresivo mayor” la cual llegan a la conclusión que “El uso de técnicas como la regulación emocional y la psicología positiva, podrían resultar de gran utilidad en el tratamiento del TDM en comorbilidad con problemas de la personalidad.”, la segunda se titula “Resultados

de la psicoterapia positiva en pacientes con depresión” la cual se planteó como objetivo “Contribuir a una nueva alternativa de tratamiento de una enfermedad que a nivel mundial está en aumento y que no se había aplicado a la realidad nacional como lo es la depresión”.

Categorías técnicas clínicas desde un enfoque grupal

Este apartado consta de 10 tesinas que centran su atención en la intervención grupal con diversas técnicas y enfoques teóricos, donde se reconocen dos subcategorías, la primera de estas en función del ciclo vital, cuyo primer exponente es la tesis titulada “Intervenciones psicológicas perinatales en depresión materna y vínculo madre-bebé: una revisión sistemática.” La cual se planteó “Revisar la literatura existente sobre intervenciones psicológicas focalizadas en reducir la depresión y/o favorecer un vínculo madre-infante positivo desde el embarazo hasta los dos años del niño/a” logrando constatar que “La depresión perinatal constituye un trastorno de alta prevalencia con repercusiones negativas en la madre y en el bebé. (...) Las intervenciones reportadas como exitosas, incluyen intervenciones grupales e individuales dirigidas a favorecer la sensibilidad materna y técnicas corporales”

La siguiente tesina centro su atención en el periodo de la adolescencia, bajo título “Autoestima y juventud puertorriqueña: Eficacia de un modelo de intervención para mejorar la autoestima y disminuir los síntomas de depresión” los autores se plantearon el objetivo de “Evaluar la eficacia de los talleres que ofrece el programa META en el fortalecimiento de la autoestima de adolescentes y jóvenes adultos.”

La última tesina cierra, los antecedentes que se enfocaron en la adolescencia, llevan por título “Aceptación del programa Estrategias para Mantener un Ánimo Saludable (EMAS): Un programa de prevención de la depresión para adolescentes” los autores lograron comprobar que el programa “Ha recibido la aprobación y acogida de los/as adolescentes que participaron del mismo. Al ser facilitado por maestros/as aumenta su viabilidad de implementación en el contexto

escolar público que no cuenta con profesionales de salud mental y es muy cambiante.” esta tesis presenta una realidad que se tiende a naturalizar y es la intervención de programas psicológicos, por parte de profesionales no psicólogos o del área de la salud.

Para cerrar esta subcategoría del ciclo vital se presentan tres tesinas que tienen como foco central al Adulto mayor, la primera de ellas lleva por título “Terapia de grupo para la depresión en adultos mayores” la cual se planteó como objetivo “Determinar la influencia de diferentes técnicas en el tratamiento de la depresión” de igual forma se reconocen varias técnicas usadas, las cuales son “(autodescubrimiento, espejo, rol playing, silla vacía, carta cerrada, visualización y relajación muscular, terapia de la risa, cierre de heridas y poder perdonar)”, el siguiente antecedente se denomina “Intervención psicológica en adultos mayores con depresión” desde la que se concluyó que “la intervención psicológica resultó efectiva pues se logró disminuir a leve los niveles iniciales de depresión establecida y los considerados con leve a no depresión, por lo tanto se afirma que con su aplicación fue modificado el estado emocional de los adultos mayores que se implicaron en la muestra”.

Por último, se presenta un “Diseño de una propuesta de intervención grupal para pacientes diagnosticados de depresión mayor” desde el cual se “ofrece un tratamiento psicológico integral que recoge todos los componentes terapéuticos para el tratamiento de la depresión mayor, a fin de disminuir la constante presión asistencial existente en las Unidades de Salud Mental”.

La segunda subcategoría se centra en las técnicas grupales que intervienen la depresión acompañada con otros trastornos físicos y psicológicos, la primera de estas lleva por título “Eficacia de los tratamientos psicológicos basados en Mindfulness para los trastornos de ansiedad y depresión: una revisión sistemática” donde se logró constatar “La efectividad de las terapias grupales con pacientes adultos con depresión bajo tratamiento psicofarmacológico”. Las técnicas identificadas son el “tratamiento cognitivo conductual, otro con terapia breve focal y el grupo

control. Los resultados indican que los tres grupos mejoraron significativamente su estado de ánimo en el los test en comparación con el pre test.” por último se rescata que las técnicas más usualmente identificadas a lo largo de esta categoría fueron, los talleres reflexivos, grupos focales, entre otros.

Categoría de técnicas clínicas neutras y/o no psicológicas (ver anexo 4)

En esta categoría se presentan aquellas tesis, que en un primer momento exponían técnicas y terapias psicológicas neutras, es decir que pueden ser utilizadas, por cualquier psicólogo independientemente de su enfoque teórico, y por el otro lado aquellas tesis que presentan técnicas clínicas y terapias no psicológicas, en lo referente a no partir de modelos psicológicos, sino por el contrario de otras ciencias o disciplinas, como la medicina, entre otras.

Mindfulness y otras técnicas no psicológicas

Esta subcategoría resalta el Mindfulness terapia, que aunque se ha utilizado por áreas de la psicológica, como la psicología humanista y la terapia cognitivo conductual, esta no parte de la psicología y para ejercerla, los terapeutas no requieren estudios de salud o psicología previos, de igual forma su introducción en esta categoría y encabezar el título de esta categoría, se da en función, de que ha sido ampliamente identificada en rastreo de antecedentes investigativos, convirtiéndose en una subcategoría emergente, de los cuales se recalcan los siguientes.

el primero de estos lleva por título “Aplicación de la terapia de aceptación y compromiso en pacientes con fibromialgia una experiencia clínica” donde llegan a la conclusión de que “La Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT) se presenta como una alternativa, ya que pone énfasis en la aceptación o la disposición a experimentar dolor y eventos privados desagradables (pensamientos, recuerdos, sensaciones...) dentro de un contexto de valores, en lugar de tratar de controlarlos” por otro lado se encuentra la tesis titulada “Mindfulness: Conceptos generales, psicoterapia y aplicaciones clínicas” donde argumentan que el “Mindfulness ha demostrado

utilidad en una variedad de trastornos mentales y físicos como estrés, depresión, trastornos de ansiedad, trastornos de conducta alimentaria, dolor, cuadros emocionales vinculados a cáncer, etc.” de igual forma resaltan que “La práctica de Mindfulness también ha demostrado efectos positivos en la relación terapéutica y la obtención de habilidades importantes para una buena práctica psicoterapéutica. La última relacionada con el Mindfulness lleva por título “Terapia Mindfulness en adolescentes con TDAH y trastornos de ansiedad o depresión” la cual tiene como propósito “Demostrar que mediante los programas de Mindfulness se pueden paliar los Trastornos por Ansiedad y Depresión sin necesidad de medicación.”

En la segunda parte se encuentran los demás antecedentes no psicológicos, el siguiente lleva por título “Efectos de intervenciones mente/cuerpo sobre los niveles de ansiedad, estrés y depresión en futuros docentes de educación primaria: un estudio controlado” donde su principal propósito es “Comparar el efecto de tres programas mente/cuerpo que gozan de amplia popularidad en la actualidad, como son Mindfulness, Taichí y Yoga, en el estrés, ansiedad y depresión de una muestra de estudiantes universitarios.” Por lo que se ve este antecedente presenta tres diferentes disciplinas plenamente reconocibles, que se han auto promocionado como curativas, por lo que el revisar este tipo de artículos, plantea un antecedente enriquecedor en cuanto a evaluar la eficacia real de estos enfoques, en esta pesquisa los investigadores llegan a la conclusión de que “las intervenciones mente/cuerpo mejoran el nivel de salud mental de las personas en comparación con quienes no realizan estas prácticas.”

Otra técnica clínica ampliamente reconocida al igual que cuestionada, se presenta en la siguiente tesina, la cual lleva por título “Hipnosis clínica y psicoterapia: Una propuesta integrativa para el tratamiento de la depresión unipolar” desde el cual concluyen que “Este modelo permite la comprensión de la depresión y sus características adjuntas) en términos de patrones, integrando el uso de la hipnosis en su tratamiento, utilizándose ésta principalmente para

interrumpir las pautas depresógenas y delinear nuevas pautas más adaptativas de pensamiento y conducta”.

Por último y desde el otro extremo en contraste de las anteriores tesis que centraron su énfasis en la dimensión psíquica, las dos últimas tesis centran su análisis en el mundo físico, la primera indaga por la “Influencia del ejercicio físico en los síntomas depresivos y en la aptitud funcional de los ancianos en el sur de Brasil” desde el que expresan que “De acuerdo con los resultados obtenidos, se observó una influencia positiva del ejercicio físico en la reducción de los síntomas depresivos y en la mejoría de la aptitud funcional, sugiriendo una relación inversa entre esas variables.”

La última tesis de esta subcategoría, se titula “Efectos del uso de videos educativos para el manejo de pacientes en cuidados paliativos en la ansiedad y depresión del cuidador” la cual llevo por objetivo general “Establecer si del uso de videos educativos sobre el manejo de pacientes en cuidados paliativos tiene algún efecto en los niveles de ansiedad y depresión del cuidador familiar.” Esta tesis denota la importancia no solo de velar por la integridad mental de los pacientes, si no que de igual forma se debe velar por el bienestar de los cuidadores, para prevenir y mitigar el desgaste emocional.

Psicoterapias neutras

Encabezando las psicoterapias neutras, se hallan dos tipos de terapias bastante conocidas y que centran su intervención en la depresión de forma efectiva y ética, la primera de estas tesis se titula “Terapia Breve y Depresión infantil (Estudio de Caso)” desde la que se obtuvo como resultados terapéuticos “Una vez finalizado el proceso terapéutico la depresión disminuyó en los participantes, logrando de esta manera contribuir a su mejoría y bienestar tanto personal, mental y social” en la segunda tesina, lleva por título “Técnicas narrativas: un enfoque psicoterapéutico” desde donde concluyen que “Los resultados muestran una disminución, estadísticamente

significativa, en la sintomatología ansiosa y depresiva de todos los participantes. El artículo finaliza reflexionando sobre los alcances de la intervención, las dimensiones teóricas que pueden explicar los cambios y los requerimientos de futuros programas en el área.”

En esta última subcategoría que comparte su nombre con otras antes mencionadas, se presentan aquellos antecedentes que centraban su enfoque en la comprensión de la depresión en alguna o varias etapas del ciclo vital, la primera de estas lleva por título “Prevención de la depresión en niños y adolescentes: revisión y reflexión.” donde exponen “los principales programas de prevención de la depresión en niños y adolescentes, analizando las conclusiones derivadas de las más recientes revisiones cualitativas y cuantitativas. Se detallan las características de las intervenciones que han conseguido mayores efectos, así como algunas limitaciones de los estudios.”

La segunda tesina de esta subcategoría, lleva por nombre “Tratamiento multimodal de niños y adolescentes con depresión” donde recalcan el importante papel de “La terapia interpersonal (TI) es una psicoterapia breve centrada en las relaciones sociales del individuo y el estado actual de las mismas. La TI ha demostrado, al igual que la TCC, una reducción en la gravedad de los síntomas a corto y mediano plazo, disminución en la aparición de síntomas depresivos en sujetos de alto riesgo y en la ideación suicida.” Del otro lado de la balanza del ciclo vital se hallan las dos últimas tesinas, que presentan su análisis en la vejez, la primera propone una “Intervención psicológica en adultos mayores con depresión” concluyo “La intervención psicológica resultó efectiva pues se logró disminuir a leve los niveles iniciales de depresión establecida y los considerados con leve a no depresión, por lo tanto se afirma que con su aplicación fue modificado el estado emocional de los adultos mayores que se implicaron en la muestra.” La última para completar las 60 tesinas lleva por título “Depresión en el adulto mayor estudio descriptivo a realizarse con personas adultas mayores Institucionalizadas en el hogar de ancianos de San

Vicente de Paul, san salvador entre los meses de Agosto a diciembre del año 2011” donde concluyen con una invitación ya que “Consideramos que el trabajar con el adulto mayor es una experiencia muy gratificante y enriquecedora ya que deja un aprendizaje bastante significativo sobre la manera en que vive, piensa y siente el adulto mayor.”

Como ultima acotación de este apartado se puede decir que la gran diversidad de técnicas rastreadas y que son utilizadas en el tratamiento de la depresión coincide con el interés y la atención que los contextos gubernamentales, institucionales y sociales, le han puesto a la depresión en los últimos años, debido a que se destaca la necesidad de tratarla, ya que se reconoce como un trastorno de gran incidencia mundial tomando cuotas pandémicas.

Conclusiones

A modo general el presente análisis documental permitió reconocer que sin importar el país y enfoque desde el que se aborde el estudio e intervención de la depresión, este deberá ser abordado a lo largo del ciclo vital desde el nacimiento hasta la vejez con diferentes técnicas según el caso, puesto que es un trastorno que no discrimina por edad, nivel socioeconómico, así mismo se logra reconocer las cualidades que asume la depresión entre las diferentes etapas del desarrollo y las consecuencias que esta conlleva a nivel psicológico, social y emocional, donde en la niñez se presenta, en la adolescencia se enfoca en visibilizar e intervenir un fenómeno que se evidencio en este análisis como frecuente el cual es el de la ideación suicida así mismo en esta población la depresión solía estar acompañada de trastornos comorbilidades entre las que se destaca la ansiedad, patologías físicas entre otros. En la adultez toma acotaciones más crónicas, de igual forma como se evidencio en los primeros apartados de este escrito, se logró constatar en los resultados una mayor incidencia de la depresión en la población femenina, desde la cual se diversifica y toma matices diferentes según la edad, el rol social sea como ama de casa, madre, o

empleada, a travesando momentos críticos y vivenciales como el matrimonio, el divorcio, y el embarazo, en la vejez predomino los enfoques grupales, principalmente por el hecho de que a modo general la población estudiada en las diferentes tesis era institucionalizada, lo cual denota la vulnerabilidad ante soledad y en algunos casos más graves de abandono que sufre esta población y que trae como consecuencias cuadros de depresión .

. De igual forma se logró constatar y ser consciente de la gran variedad de tipos y niveles de depresión que existen y que se pueden presentar por diferentes motivos y en diversos momentos de la vida humana, así como la vigencia actual del estudio de casos como método de intervención e investigación en las diferentes escuelas de la psicología, para el avance y la comprobación de técnicas y tratamientos psicológicos.

Así mismo se concluye que desde el enfoque cognitivo conductual, las técnicas clínicas y psicoterapias evidenciadas, dan cuenta del papel privilegiado que esta tiene en la intervención multidisciplinar desde una mirada clínica y hospitalaria, donde asume el reto y el compromiso de innovarse y actualizarse para ofrecer una intervención eficaz e integradora a lo a lo largo del ciclo vital y en diferentes niveles de la depresión.

Las técnicas rastreadas desde el enfoque humanista, contaron con la característica de pertenecer a los modelos teóricos más comúnmente conocidos, como lo son la terapia Gestalt, arteterapia, logoterapia y psicología positiva, donde cuentan con un gran repertorio de técnicas que centran su enfoque desde lo emocional, atravesado por el lenguaje y la corporalidad, generando intervenciones holísticas y eficaces, recalcando la popularidad y vigencia que han construido a lo largo estas terapias humanistas así como el reconocimiento científico de su quehacer., los cuales cual han demostrado tener resultados positivos y sostenibles en el tiempo frente a la depresión

Desde el Enfoque grupal, se logró reconocer diferentes técnicas clínicas, como el psicodrama, el taller reflexivo y el grupo focal entre otros, así como la importancia de este enfoque en la intervención de los niveles de depresión, cuando estos son acompañados de enfermedades médicas, favoreciendo una identificación entre los miembros y facilitando una cura colectiva, por lo cual estos resultados recalcan la importancia del medio circundante para favorecer el manejo de este trastorno

Por último, en cuanto a las psicoterapias neutras se logró constatar la importancia de un enfoque interdisciplinario en la depresión, así como la validez y eficacia de modelos centrados en la expresión e intervención corporal a través del ejercicio y disciplinas con bases espirituales y tradiciones orientales, por su parte en las terapias no psicológicas se llevó el protagonismo las técnicas derivadas del Mindfulness donde las tesis indagaron sobre la eficacia de esta terapia controvertida, la cual se ha ganado a pulso un lugar preponderante, siendo cada vez más usual su uso y su mención.

Recomendaciones

Se sugiere la presente investigación como antecedente a investigadores que quieran conocer el abanico actual de técnicas y terapias disponibles en el tratamiento de la depresión y ampliar las relaciones conceptuales del constructo depresión aquí expuestas, y que pueden brindar nuevos alcances comprensivos, como técnicas desde la psicología dinámica y sus diferentes psicoterapias y otros modelos aquí no evidenciados.

Este análisis documental ha demostrado la importancia de realizar una intervención interdisciplinar en función de mejores y duraderos resultados, por lo que se invita a las instituciones gubernamentales y privadas el redoblar esfuerzos en la intervención e investigación de este trastorno psicológico.

6. Referencias

Alvarado, R. & Rojas, G. (2011). El programa nacional para el diagnóstico y tratamiento de depresión en atención primaria: una evaluación necesaria. *Revista Médica de Chile*.

Recuperado de: <https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?pid=S0034->

[98872011000500005&script=sci_arttext&tlng=en](https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?pid=S0034-98872011000500005&script=sci_arttext&tlng=en)

American Psychiatric Association (2014). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders DSM-V 5a. ed.* Edición Bogotá. Editorial Médica Panamericana.

Ávila, M. & Pachar, M. (2016). *Relación entre conductas autolesivas, ansiedad y depresión en adolescentes, una guía enfocada desde el modelo Cognitivo Conductual.* Ecuador.

Recuperado de: <http://201.159.222.99/bitstream/datos/5553/1/11882.pdf>

- Barraca, J. (2009). La activación conductual (AC) y la terapia de activación conductual para la depresión (TACD). Dos protocolos de tratamiento desde el modelo de la activación conductual. Universidad Camilo José Cela. Recuperado de:
<http://repositorio.ucjc.edu/bitstream/handle/20.500.12020/171/C00041413.pdf?sequence=1>
- Barraca, J. (2010). Tratamiento de activación conductual para la depresión (TACD). Descripción, técnicas y aplicación. Recuperado de: <http://jorgebarraca.com/wp-content/uploads/Tratamiento-de-Activacion-Conductual-para-la-Depresion-TACD.pdf>
- Berná Ruiz, J. (2016). Intervención cognitivo conductual en un caso de depresión mayor moderada. Recuperado de:
<http://dspace.umh.es/bitstream/11000/2991/1/TFG%20Bern%C3%A1%20Ruiz,%20Jennifer.pdf>
- Bogaert, H. (2012). La depresión: etiología y tratamiento. Ciencia y Sociedad. Instituto Tecnológico de Santo Domingo. República Dominicana. Recuperado de:
<https://www.redalyc.org/pdf/870/87024179002.pdf>
- Borja, T. & Vinuesa, M. (2012). Exploración e identificación de emociones a través de técnicas de la terapia enfocada en emociones en un caso con depresión mayor. Recuperado de:
<http://repositorio.usfq.edu.ec/bitstream/23000/2344/1/103983.pdf>
- Cabrales, J. (2006). El abordaje de la depresión desde distintos marcos conceptuales psicológicos. Universidad Autónoma España de Durango. México. Recuperado de:
https://www.researchgate.net/profile/Julio_Cabrales/publication/242420067_EL_ABORDAJE_DE_LA_DEPRESION_DESDE_DISTINTOS_MARCOS_CONCEPTUALES_PSI COLOGICOS/links/59a036dc458515fd1fde5c8c/EL-ABORDAJE-DE-LA-DEPRESION-DESDE-DISTINTOS-MARCOS-CONCEPTUALES-PSICOLOGICOS.pdf

- Canché, M. (2015). Efectividad de las terapias grupales en pacientes con depresión. Centro de estudios clínicos e investigación psicológica. Recuperado de:
<http://revistacecip.com/index.php/ecip/article/view/74/69>
- Carrasco, A. (2017). Modelos psicoterapéuticos para la depresión: hacia un enfoque integrado. *Internamerican Journal of Psychology*. Recuperado de:
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=28454546004>
- Carriles, M. (2017). Caso clínico: investigación gestáltica en trastorno de personalidad dependiente y depresión mayor. *Revista ibero*. Recuperado de:
<https://repositorio.iberopuebla.mx/handle/20.500.11777/3358>
- Castillo, I., Ledo, H. & del Pino, Y. (2012). Técnicas narrativas: un enfoque psicoterapéutico. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3910979>
- Chávez, E., Benítez, E. & Ontiveros, M. (2014). La terapia cognitivo conductual en el tratamiento de la depresión del trastorno bipolar tipo I. Recuperado de:
http://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S0185-33252014000200004&script=sci_arttext
- Cofré, A., Angulo, P. & Riquelme, E. (2014). Ansiedad y depresión en pacientes obesos mórbidos: efectos a corto plazo de un programa orientado a la disminución de la sintomatología. Recuperado de:
http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0719-448x2014000100008&lng=pt&nrm=iso&tlng=es
- Contreras, G. (2013). Psicoterapia psicodramática: una forma de diagnóstico y tratamiento para la depresión. *Revista brasileira de psicodrama*, 21(2), 53-64. Recuperado de:
<http://pepsic.bvsalud.org/pdf/psicodrama/v21n2/a05.pdf>

Córdoba, A. & Ortiz, M. (2010). Aplicación de la terapia cognitiva para tratar depresión en un ama de casa Recuperado de:

<http://dspace.uazuay.edu.ec/bitstream/datos/1220/1/07735.pdf>

Cuadra, A., Veloso, C., Ibergaray, M. & Rocha, M. (2010). Resultados de la psicoterapia positiva en pacientes con depresión. Chile. Recuperado de:

https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?pid=S0718-48082010000100012&script=sci_arttext

Delgado, A. & Serrano, B. (2017). Diseño de una intervención basada en técnicas de regulación emocional y psicología positiva para un caso de trastorno de depresión mayor y rasgos de personalidad límite. Recuperado de:

http://repositori.uji.es/xmlui/bitstream/handle/10234/173700/TFM_2017_Delgado%20Carretero_Andrea.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Fernández, A. & Rodríguez, B. (2013). Terapia Narrativa basada en la atención plena para la depresión. Recuperado de:

https://www.academia.edu/17322924/Terapia_Narrativa_Basada_en_Atencion_Plena_Para_La_Depresion_1

Fernández, M. (2010). Propuesta psicoterapéutica enfocada en la aplicación de técnicas cognitivo conductuales para reestructurar distorsiones cognitivas en la depresión en un caso de divorcio. Ecuador. Recuperado de:

<http://dspace.uazuay.edu.ec/bitstream/datos/1319/1/07767.pdf>

Fidas G, Arias. (2006). El proyecto de investigación introducción a la mitología científica.

Recuperado de: <https://ebevidencia.com/wp-content/uploads/2014/12/EL-PROYECTO-DE-INVESTIGACION-6ta-Ed.-FIDIAS-G.-ARIAS.pdf>

Flores, L., Cárdenas, G., Durán, X. & de la Rosa, A. (2014). Psicoterapia vía internet: aplicación de un programa de intervención cognitivo-conductual para pacientes con depresión.

Psicología Iberoamericana, vol. 22, núm. 1, enero-junio, 2014, pp. 7-15 Universidad

Iberoamericana, Ciudad de México Distrito Federal, México. Recuperado de:

<https://www.redalyc.org/pdf/1339/133944229002.pdf>

Ley Número 1090 De 2006 Ley 1090 de 2006 Ministerio De La Protección Social

<http://www.colpsic.org.co/quienes-somos/ley-1090-de-2006/182>

Morales O, (2003). Grupo de Estudios Odontológicos, Discursivos y Educativos Facultad de

Odontología Universidad de Los Andes, Venezuela, pp.20. Recuperado de:

http://www.saber.ula.ve/bitstream/123456789/16490/1/fundamentos_investigacion.pdf

World Health Organization. (2000). Guía de bolsillo de la clasificación CIE-10: clasificación de los trastornos mentales y del comportamiento. Madrid: Editorial Medica Panamericana.

<https://apps.who.int/iris/handle/10665/42326>

Gallego, J., Aguilar, J., Cangas, A., Rosado, A., & Länger, A. (2016). Efectos de intervenciones mente/cuerpo sobre los niveles de ansiedad, estrés y depresión en futuros docentes de educación primaria: un estudio controlado. Revista Psicodidáctica. Recuperado de:

https://www.researchgate.net/profile/Adolfo_Cangas/publication/282002734_Efecto_de_intervenciones_mentecuerpo_sobre_los_niveles_de_ansiedad_estres_y_depresion_en_futuros_docentes_de_educacion_primaria_Un_estudio_controlado/links/5601035808aec948c4fa97a0/Efecto-de-intervenciones-mente-cuerpo-sobre-los-niveles-de-ansiedad-estres-y-depresion-en-futuros-docentes-de-educacion-primaria-Un-estudio-controlado.pdf

García, A. (2009). La depresión en adolescentes. *La salud mental de las personas jóvenes en*

España, 85. Recuperado de: <http://www.injuve.es/sites/default/files/RJ84-07.pdf>

- González, A., González, A. & Estrada, B. (2015). Eficacia de la terapia cognitivo- conductual en mujeres con cáncer de mama. Revista psiconcología. Vol. 12. Recuperado de:
<https://revistas.ucm.es/index.php/PSIC/article/view/48908/45634>
- Guía de Práctica Clínica para la prevención, diagnóstico y tratamiento de la ideación
- Guiote, A. (2013). Arteterapia y Mujer: el cuerpo confrontado con su dolor. Congreso Internacional de Intervención Psicosocial, Arte Social y Arteterapia. Recuperado de:
<https://pdfs.semanticscholar.org/4950/94bd9b1b22dca80933586608cbff3bb3d67c.pdf>
- Gutiérrez, S. & Varela, V. (2009). Propuesta de un Modelo de Psicoterapia Grupal Estratégica en Depresión Severa: Cómo Pasar de Víctima de la Depresión a Protagonista de la Recuperación Terapia Psicológica, vol. 27, núm. 1, julio, 2009, pp. 41-49 Sociedad Chilena de Psicología Clínica Santiago, Chile. Recuperado de:
<https://www.redalyc.org/pdf/785/78511885004.pdf>
- Guzmán, P. (2015). Eficacia de los antidepresivos y de la psicoterapia en el tratamiento de la depresión. Recuperado de:
http://revistas.ucv.edu.pe/index.php/R_PSI/article/view/519/390
- Hernández, M. (2010). Tratamiento cognitivo conductual de la depresión, un análisis de caso. México. Recuperado de: <https://amapsi.org/Imagenes/TratamientoCognitivoDepresion.pdf>
- Jadresic, E. (2014). Depresión perinatal: detección y tratamiento. Revista Médica Clínica Las Condes. Recuperado de:
<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0716864014706510>
- Jiménez, M. (2015). Arteterapia aplicada al trastorno de estrés postraumático y al trauma. Universitas Miguel Hernández. Recuperado de:
http://dspace.umh.es/bitstream/11000/2562/1/Jim%C3%A9nez%20G%C3%B3mez_Mar%C3%ADa%20Camila.pdf

- Justino, L., Bertoldo, T. & Zarpellon, G. (2009). Influencia del ejercicio físico en los síntomas depresivos y en la aptitud funcional de los ancianos en el sur de Brasil. Recuperado de: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0211139X09003291>
- Korman, G. & Sarudiansky, M. (2011). Modelos teóricos y clínicos para la conceptualización y tratamiento de la depresión. Subjetividad y procesos cognitivos. Buenos Aires, Argentina. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=339630257005>
- Lanfranco, R. (2010). Hipnosis clínica y psicoterapia: Una propuesta integrativa para el tratamiento de la depresión unipolar. Recuperado de: https://www.researchgate.net/profile/Renzo_Lanfranco/publication/220010191_Clinical_hypnosis_and_psychotherapy_An_integrative_proposal_for_the_treatment_of_unipolar_depression/links/02faf4f395e08bfbbf000000.pdf
- Londoño, O., Maldonado, F. & Calderón, L. (2014). Guía para construir estados del arte. Bogotá. Recuperado de: <http://repositorio.minedu.gob.pe/bitstream/handle/123456789/4637/Gu%c3%adas%20para%20construir%20estados%20del%20arte.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Lopes, R. T., Gonçalves, M. M., Sinai, D., & Machado, P. (2015). Predictors of dropout in a controlled clinical trial of psychotherapy for moderate depression. *International Journal of Clinical Health & Psychology*, 15(1), 76–80. Recuperado de: <https://doi-org.ezproxy.uniminuto.edu/10.1016/j.ijchp.2014.11.001>
- Martínez, B. I. V., Roselló, J., & Toro-Alfonso, J. (2015). Autoestima y juventud puertorriqueña: Eficacia de un modelo de intervención para mejorar la autoestima y disminuir los síntomas de depresión. *Revista Puertorriqueña de Psicología*, 21(1). Recuperado de: <http://www.repsasppr.net/index.php/reps/article/view/200/185>

- Martínez, E. & Rivera, J. (2012). Depresión en el adulto mayor estudio descriptivo a realizarse con personas adultas mayores Institucionalizadas en el hogar de ancianos de San Vicente de Paul, san salvador entre los meses de Agosto a diciembre del año 2011. Recuperado de: <http://www.redicces.org.sv/jspui/bitstream/10972/598/1/Documento%20completo.pdf>
- Maza, A. (2012). Terapia Mindfulness en adolescentes con TDAH y trastornos de ansiedad o depresión. Recuperado de:
http://repositorio.ual.es/bitstream/handle/10835/1164/Maza_Molto_Ana.pdf?sequence=3&isAllowed=y
- Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad. (2014) Guía de Práctica Clínica sobre el Manejo de la Depresión en el Adulto. Colombia. Recuperado de:
https://portal.guiasalud.es/wp-content/uploads/2018/12/GPC_534_Depresion_Adulto_Avaliat_compl.pdf
- Miró, M., Perestelo, L., Pérez, J., Rivero, A., González, M., Fuente, J. & Serrano, P. (2011). Eficacia de los tratamientos psicológicos basados en Mindfulness para los trastornos de ansiedad y depresión: una revisión sistemática. Recuperado de: <http://e-spacio.uned.es/fez/eserv/bibliuned:Psicopat-2011-16-1-1000/Documento.pdf>
- Molina, N. (2005). ¿Qué es el estado del arte? Ciencia y tecnología para la salud visual y ocular. Pp 73-75. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5599263>
- Moyano, M., Palacios, C. & Sánchez, A. (2010). Aplicación de terapia grupal desde la perspectiva humanista, en pacientes de consulta externa con trastorno depresivos, atendidos en el Centro de Reposo y Adicciones C.R.A. Recuperado de:
<http://dspace.uazuay.edu.ec/bitstream/datos/1293/1/07756.pdf>
- Muñoz, X. & Vele, M. (2010). Propuesta psicoterapéutica enfocada en la aplicación de técnicas cognitivo conductuales para reestructurar distorsiones cognitivas en la depresión en un

caso de divorcio. Recuperado de:

<http://dspace.uazuay.edu.ec/bitstream/datos/1319/1/07767.pdf>

Nance, D. (2010). Depresión en el adulto mayor. Envejecimiento Humano: una visión

transdisciplinaria. Secretaría de Salud de México. Recuperado de:

[https://s3.amazonaws.com/academia.edu.documents/48972190/00_LIBRO_ENVEJECIM](https://s3.amazonaws.com/academia.edu.documents/48972190/00_LIBRO_ENVEJECIMIENTO_HUMANO_2012.pdf?response-content-)
[IENTO_HUMANO_2012.pdf?response-content-](https://s3.amazonaws.com/academia.edu.documents/48972190/00_LIBRO_ENVEJECIMIENTO_HUMANO_2012.pdf?response-content-)

[disposition=inline%3B%20filename%3DLIBRO_ENVEJECIMIENTO_HUMANO.pdf&](https://s3.amazonaws.com/academia.edu.documents/48972190/00_LIBRO_ENVEJECIMIENTO_HUMANO_2012.pdf?response-content-)

[X-Amz-Algorithm=AWS4-HMAC-SHA256&X-Amz-](https://s3.amazonaws.com/academia.edu.documents/48972190/00_LIBRO_ENVEJECIMIENTO_HUMANO_2012.pdf?response-content-)

[Credential=AKIAIWOWYYGZ2Y53UL3A%2F20191119%2Fus-east-](https://s3.amazonaws.com/academia.edu.documents/48972190/00_LIBRO_ENVEJECIMIENTO_HUMANO_2012.pdf?response-content-)

[1%2Fs3%2Faws4_request&X-Amz-Date=20191119T020056Z&X-Amz-](https://s3.amazonaws.com/academia.edu.documents/48972190/00_LIBRO_ENVEJECIMIENTO_HUMANO_2012.pdf?response-content-)

[Expires=3600&X-Amz-SignedHeaders=host&X-Amz-](https://s3.amazonaws.com/academia.edu.documents/48972190/00_LIBRO_ENVEJECIMIENTO_HUMANO_2012.pdf?response-content-)

[Signature=87d1aa5cdc00942ca07d090f444ea5a045ab341320a962183333a8f8eee57f74#p](https://s3.amazonaws.com/academia.edu.documents/48972190/00_LIBRO_ENVEJECIMIENTO_HUMANO_2012.pdf?response-content-)

[age=241](https://s3.amazonaws.com/academia.edu.documents/48972190/00_LIBRO_ENVEJECIMIENTO_HUMANO_2012.pdf?response-content-)

Oliván, B. (2006). Alternativas de abordaje de la depresión en atención primaria: abordajes no

farmacológicos. Recuperado de: <https://ddd.uab.cat/record/98829>

Organización Mundial de la Salud. (2010). Guía de Intervención mhGAP. A nivel internacional.

Recuperado de: <https://www.paho.org/mhgap/es/doc/GuiamhGAP.pdf?ua=1>

Organización Panamericana de la Salud. (s.f). Depresión: hablemos, dice la OMS, mientras la

depresión encabeza la lista de causas de enfermedad. Recuperado de:

[https://www.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=13102:depre](https://www.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=13102:depression-lets-talk-says-who-as-depression-tops-list-of-causes-of-ill-)
[ssion-lets-talk-says-who-as-depression-tops-list-of-causes-of-ill-](https://www.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=13102:depression-lets-talk-says-who-as-depression-tops-list-of-causes-of-ill-)

[health&Itemid=1926&lang=es](https://www.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=13102:depression-lets-talk-says-who-as-depression-tops-list-of-causes-of-ill-health&Itemid=1926&lang=es)

Pacururu, A., Anchundia, J. & Astudillo, E. (2016). Terapia de grupo para la depresión en adultos mayores. Universidad del Azuay. Recuperado de:

<http://dspace.uazuay.edu.ec/bitstream/datos/6384/1/12546.pdf>

Palacios, C. & Sánchez, A. (2010). Aplicación de terapia grupal desde la perspectiva humanista, en pacientes de consulta externa con trastorno depresivos, atendidos en el Centro de Reposo y Adicciones C.R.A. Ecuador. Recuperado de:

<http://dspace.uazuay.edu.ec/bitstream/datos/1293/1/07756.pdf>

Pérez, M. & García, J. (2001). Tratamientos psicológicos eficaces para la depresión. *Psicothema*. Recuperado de: <http://www.psicothema.com/pdf/471.pdf>

Pinto, B. & Álvarez, E. (2010). Terapia Breve y Depresión Infantil (Estudio de caso). *Ajayu*.

Órgano de Difusión Científica del Departamento de Psicología de la Universidad Católica Boliviana “San Pablo”, 8(1). Recuperado de:

<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=461545465005>

Plantada, S., Cordón, L. & Martí, J. (2013). Aplicación de la terapia de aceptación y compromiso en pacientes con fibromialgia. Una experiencia clínica. *Cuadernos de medicina psicosomática y psiquiatría de enlace*. Recuperado de:

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4394362>

Puerta, J. & Padilla, D. (2011). Terapia cognitiva- conductual (TCC) como tratamiento para la depresión. Una revisión del estado del arte. Recuperado de:

<https://dialnet.ezproxy.uniminuto.edu/servlet/articulo?codigo=3903329>

Puerta, J. & Padilla, D. (2011). Terapia cognitiva- conductual (TCC) como tratamiento para la depresión: una revisión del estado del arte. *Duazary*, vol. 8. Núm. 2. Universidad del Magdalena. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=512156315016>

- Quezada, J. (2018). Efecto del uso de videos educativos para el manejo de pacientes en cuidados paliativos en la ansiedad y depresión del cuidador familiar. Lima- Perú. Recuperado de: http://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/upch/3828/Efecto_QuezadaCastillo_Juan.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Quintana, K. (2012). Entrenamiento en estrategias cognitivo-conductuales de afrontamiento de los síntomas depresivos para aumentar niveles de adherencia al tratamiento en pacientes con insuficiencia renal crónica de la Unidad Renal DialIbarra de la ciudad de Ibarra. Recuperado de: <https://dspace.ups.edu.ec/bitstream/123456789/13268/1/UPS-QT10323.pdf>
- Ramos, P. (2012). Aplicación de la terapia grupal con enfoque humanista a adolescentes con síntomas de Depresión hijos de padres migrantes en la Unidad Educativa Fiscal Mixta Central de la inmaculada. Ecuador. Recuperado de: <http://dspace.uazuay.edu.ec/bitstream/datos/1791/1/09252.pdf>
- Reinozo, C. (2018). Proyecto de vida con Enfoque Humanista para la prevención de consumo de drogas en adolescentes que presentan depresión y ansiedad de la Unidad Educativa Jadán. Ecuador. Recuperado de: <http://dspace.uazuay.edu.ec/bitstream/datos/8296/1/14019.pdf>
- Richart, J. (2016). Diseño de una propuesta de intervención grupal para pacientes diagnosticados de depresión mayor. Recuperado de: <http://dspace.umh.es/bitstream/11000/2685/1/Richart%20Quereda,%20Javier.pdf>
- Romero, R., Poves, S. & Vucinovich, N. (2011). Terapia de activación conductual para la depresión: aplicación a un paciente con esquizofrenia paranoide. Análisis y Modificación de Conducta. Recuperado de: http://rabida.uhu.es/dspace/bitstream/handle/10272/5720/Terapia_de_activacion.pdf?sequence=1

Roselló, J., Duarte, Y., Bernal, G. & Zuluaga, M. (2011). Ideación suicida y respuesta a la terapia cognitiva conductual en adolescentes puertorriqueños/as con depresión mayor.

Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/284/28425426002.pdf>

Sáez, E., Rodríguez, G. & Rodríguez, N. (2013). Aceptación del programa Estrategias para Mantener un Ánimo Saludable (EMAS): Un programa de prevención de la depresión para adolescentes. *Revista Interamericana de psicología*. Recuperado de:

<https://www.redalyc.org/pdf/284/28430082016.pdf>

Sales, A., Pardo, A., Mayordomo, T., Satorres, E. & Meléndez, J. (2015). Efectos de la terapia cognitivo-conductual sobre la depresión en personas mayores institucionalizadas.

Universidad Autónoma de Madrid, Madrid, España. Recuperado de:

http://revistas.uned.es/index.php/RPPC/article/view/15170/pdf_50

Sánchez, G. (2011). Meditación, Mindfulness y sus efectos biopsicosociales. Revisión de la literatura. Recuperado de:

[https://s3.amazonaws.com/academia.edu.documents/43770973/Mindfulness.pdf?response-](https://s3.amazonaws.com/academia.edu.documents/43770973/Mindfulness.pdf?response-content-)

[-content-](https://s3.amazonaws.com/academia.edu.documents/43770973/Mindfulness.pdf?response-content-disposition=inline%3B%20filename%3DMEDITACION_MINDFULNESS_Y_SUS_EFECTOS_BIO.pdf&X-Amz-Algorithm=AWS4-HMAC-SHA256&X-Amz-Credential=AKIAIWOWYYGZ2Y53UL3A%2F20191011%2Fus-east-1%2Fs3%2Faws4_request&X-Amz-Date=20191011T184843Z&X-Amz-Expires=3600&X-Amz-SignedHeaders=host&X-Amz-Signature=4c9651f9e864b07ab863fa1be31ceb393545506da3f64c6dedd4a42cec388de3)

[disposition=inline%3B%20filename%3DMEDITACION_MINDFULNESS_Y_SUS_EF](https://s3.amazonaws.com/academia.edu.documents/43770973/Mindfulness.pdf?response-content-disposition=inline%3B%20filename%3DMEDITACION_MINDFULNESS_Y_SUS_EFECTOS_BIO.pdf&X-Amz-Algorithm=AWS4-HMAC-SHA256&X-Amz-Credential=AKIAIWOWYYGZ2Y53UL3A%2F20191011%2Fus-east-1%2Fs3%2Faws4_request&X-Amz-Date=20191011T184843Z&X-Amz-Expires=3600&X-Amz-SignedHeaders=host&X-Amz-Signature=4c9651f9e864b07ab863fa1be31ceb393545506da3f64c6dedd4a42cec388de3)

[ECTOS_BIO.pdf&X-Amz-Algorithm=AWS4-HMAC-SHA256&X-Amz-](https://s3.amazonaws.com/academia.edu.documents/43770973/Mindfulness.pdf?response-content-disposition=inline%3B%20filename%3DMEDITACION_MINDFULNESS_Y_SUS_EFECTOS_BIO.pdf&X-Amz-Algorithm=AWS4-HMAC-SHA256&X-Amz-Credential=AKIAIWOWYYGZ2Y53UL3A%2F20191011%2Fus-east-1%2Fs3%2Faws4_request&X-Amz-Date=20191011T184843Z&X-Amz-Expires=3600&X-Amz-SignedHeaders=host&X-Amz-Signature=4c9651f9e864b07ab863fa1be31ceb393545506da3f64c6dedd4a42cec388de3)

[Credential=AKIAIWOWYYGZ2Y53UL3A%2F20191011%2Fus-east-](https://s3.amazonaws.com/academia.edu.documents/43770973/Mindfulness.pdf?response-content-disposition=inline%3B%20filename%3DMEDITACION_MINDFULNESS_Y_SUS_EFECTOS_BIO.pdf&X-Amz-Algorithm=AWS4-HMAC-SHA256&X-Amz-Credential=AKIAIWOWYYGZ2Y53UL3A%2F20191011%2Fus-east-1%2Fs3%2Faws4_request&X-Amz-Date=20191011T184843Z&X-Amz-Expires=3600&X-Amz-SignedHeaders=host&X-Amz-Signature=4c9651f9e864b07ab863fa1be31ceb393545506da3f64c6dedd4a42cec388de3)

[1%2Fs3%2Faws4_request&X-Amz-Date=20191011T184843Z&X-Amz-](https://s3.amazonaws.com/academia.edu.documents/43770973/Mindfulness.pdf?response-content-disposition=inline%3B%20filename%3DMEDITACION_MINDFULNESS_Y_SUS_EFECTOS_BIO.pdf&X-Amz-Algorithm=AWS4-HMAC-SHA256&X-Amz-Credential=AKIAIWOWYYGZ2Y53UL3A%2F20191011%2Fus-east-1%2Fs3%2Faws4_request&X-Amz-Date=20191011T184843Z&X-Amz-Expires=3600&X-Amz-SignedHeaders=host&X-Amz-Signature=4c9651f9e864b07ab863fa1be31ceb393545506da3f64c6dedd4a42cec388de3)

[Expires=3600&X-Amz-SignedHeaders=host&X-Amz-](https://s3.amazonaws.com/academia.edu.documents/43770973/Mindfulness.pdf?response-content-disposition=inline%3B%20filename%3DMEDITACION_MINDFULNESS_Y_SUS_EFECTOS_BIO.pdf&X-Amz-Algorithm=AWS4-HMAC-SHA256&X-Amz-Credential=AKIAIWOWYYGZ2Y53UL3A%2F20191011%2Fus-east-1%2Fs3%2Faws4_request&X-Amz-Date=20191011T184843Z&X-Amz-Expires=3600&X-Amz-SignedHeaders=host&X-Amz-Signature=4c9651f9e864b07ab863fa1be31ceb393545506da3f64c6dedd4a42cec388de3)

[Signature=4c9651f9e864b07ab863fa1be31ceb393545506da3f64c6dedd4a42cec388de3](https://s3.amazonaws.com/academia.edu.documents/43770973/Mindfulness.pdf?response-content-disposition=inline%3B%20filename%3DMEDITACION_MINDFULNESS_Y_SUS_EFECTOS_BIO.pdf&X-Amz-Algorithm=AWS4-HMAC-SHA256&X-Amz-Credential=AKIAIWOWYYGZ2Y53UL3A%2F20191011%2Fus-east-1%2Fs3%2Faws4_request&X-Amz-Date=20191011T184843Z&X-Amz-Expires=3600&X-Amz-SignedHeaders=host&X-Amz-Signature=4c9651f9e864b07ab863fa1be31ceb393545506da3f64c6dedd4a42cec388de3)

Sánchez, J., Alcázar, A. & Olivares, J. (1999). Las técnicas cognitivo- conductuales en problemas clínicos y de salud: meta-análisis de la literatura española. *Psicothema*, vol. 11.

Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=72711316>

- Sánchez, O., Méndez, X. & Garber, J. (2014). Prevención de la depresión en niños y adolescentes: revisión y reflexión. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica* Vol. 19, N. ° 1, pp. 63-76. Recuperado de:
http://revistas.uned.es/index.php/RPPC/article/view/12983/pdf_36
- Sanz, T, & Rosique, M. (2015). Tratamiento cognitivo-conductual en depresión mayor, distimia e ideación autolítica persistente. *Análisis y Modificación de Conducta*, 39. Recuperado de:
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4954443>
- Shoshana, B. Asunción Lara, M. Robles, R. Medina, M. (2013). Depresión: estado del conocimiento y la necesidad de políticas públicas y planes de acción en México. *Salud Pública de México*, 55(1) ,74-80. [Fecha de Consulta 25 de Enero de 2020]. ISSN: 0036-3634. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=106/10625594007>
- Sims Rodríguez, M., Ramírez Leyva, D., Pérez Castro, K., & Gómez García, K. (2017). Intervención psicológica en adultos mayores con depresión. *Humanidades Médicas*, 17(2), 306-322. Recuperado de: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1727-81202017000200005
- Toro, R., Vargas, J., Murcia, S., Gaitán, N., Umbarila, D. & Sarmiento, K. (2013). Depresión mayor en adultez tardía: Factores causales y orientaciones para el tratamiento. *Revista Vanguardia Psicológica Clínica Teórica y Práctica*, Vol. 4. Recuperado de:
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4815168>
- Ulloa, R. & de la Peña, I. Tratamiento multimodal de niños y adolescentes con depresión. *Salud Mental* Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=58221288002>

- Vargas, M., Higuera, C., & Muñoz, D. (2015). El estado del arte: una metodología de investigación. *Revista Colombiana de Ciencias Sociales*, 6(2), 423-442. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/4978/497856275012.pdf>
- Vásquez, E. (2016). Mindfulness: Conceptos generales, psicoterapia y aplicaciones clínicas. *Revista de Neuro-psiquiatría*. Recuperado de: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S0034-85972016000100006&script=sci_arttext&lng=pt
- Vergara, S. & González, A. (2009). Psicoterapia cognitivo conductual de grupo manualizada como una alternativa de intervención con adultos mayores. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*, vol. 11, núm. 2. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/802/80212414010.pdf>
- Viteri, A. & Sánchez, A. (2013). Estudio de caso basado en terapia humanista. Universidad San Francisco de Quito. Recuperado de: <http://192.188.53.14/bitstream/23000/2518/1/107024.pdf>
- World Health Organization. (2000). Guía de bolsillo de la clasificación CIE-10: clasificación de los trastornos mentales y del comportamiento. Madrid: Editorial Medica Panamericana. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/42326>
- y/o conducta suicida (Adopción) Sistema General de Seguridad Social en Salud. (2017) Colombia. Recuperado de: http://gpc.minsalud.gov.co/gpc_sites/Repositorio/Otros_conv/GPC_CSuicida/GPC_C_Suicida_Completa.pdf

Zalamea, R & Reinozo, C. (2018). Proyecto de vida con Enfoque Humanista para la prevención de consumo de drogas en adolescentes que presentan depresión y ansiedad de la Unidad Educativa Jadán. Recuperado de:

<http://dspace.uazuay.edu.ec/bitstream/datos/8296/1/14019.pdf>

Zarragoitía, I. (2011). Depresión, generalidades y particularidades. La Habana, Cuba: Editorial

Ciencias médicas. Recuperado de: <http://newpsi.bvs->

[psi.org.br/ebooks2010/pt/Acervo_files/depresion-cuba.pdf](http://newpsi.bvs-psi.org.br/ebooks2010/pt/Acervo_files/depresion-cuba.pdf)

Anexo 1 categoría 1: técnicas clínicas desde una perspectiva de psicoterapias cognitivo conductuales

#	técnica evidenciada	título	objetivo	resultados
1	Registro diario de actividades, Mindfulness	La activación conductual (AC) y la terapia de activación conductual para la depresión (TACD)	Comparar los dos protocolos desarrollados para la intervención (AC y TACD), a fin de comprender sus puntos en común y sus divergencias.	La terapia de activación conductual ha demostrado en poco tiempo su gran utilidad para el tratamiento de la depresión. Al menos uno de sus protocolos (el de la AC) se considera ya un tratamiento probablemente eficaz y se ha incluido en los manuales más prestigiosos de intervención psicológica
2	Registro diario de actividades	Tratamiento de activación conductual para la depresión (TACD). Descripción, técnicas y aplicación	Explicar el tratamiento de activación conductual para la depresión	El TACD supone un ejemplo paradigmático de que centrar las intervenciones en unas pocas técnicas bien contrastadas, en vez de recurrir a un conjunto amplio de ellas, no compromete en absoluto la eficacia, incluso en cuadros ciertamente difíciles como es la depresión.
3	Técnicas de relajación	Intervención cognitivo conductual en un caso de depresión mayor moderada.	Aliviar los síntomas depresivos que sufre la paciente y el segundo es ayudar a lograr un nivel de desempeño parecido al que tenía antes del evento estresante.	Los instrumentos que se han utilizado han sido una entrevista Semiestructurada, el inventario de depresión de Beck-II (BDI-II), escala de depresión de Hamilton (HAM-D), autorregistro del grado de malestar, autorregistro de actividades gratificantes y autorregistro del sueño. El tratamiento aplicado fue de tipo cognitivo conductual con técnicas de relajación, reestructuración cognitiva, activación conductual e inoculación del estrés principalmente.
4	Terapia cognitiva - conductual (TCC)	Terapia cognitiva - conductual (TCC) como tratamiento para la depresión: una revisión del estado del arte	Brinda una visión general de las técnicas centrales que los teóricos de la TCC expusieron a través de los últimos 50 años, y que se han estado implementado para el abordaje de dicho trastorno mental.	Se concluye que la TCC ha demostrado su efectividad en el tratamiento de la depresión, por lo cual debe promoverse este tipo de terapia
5	Terapia cognitiva - conductual (TCC)	Tratamiento cognitivo-conductual en depresión mayor, distimia e ideación autolítica persistente.	Aplicar diferentes técnicas para reducir la sintomatología de depresión	Pasado ese periodo se constata una mejoría anímica, afectiva, funcional y social, así como una desaparición de la ideación suicida, procediéndose al alta por mejoría.
6	técnicas conductuales, relajación y Mindfulness	Propuesta psicoterapéutica enfocada en la aplicación de técnicas cognitivo conductuales para reestructurar distorsiones cognitivas en la depresión en un caso de divorcio	presentar evidencias recientes sobre los efectos biopsicosociales de la meditación, mindfulness y algunas otras técnicas que requieren Meditación y relajación en diferentes ámbitos de actividad humana.	la depresión es un estado emocional complejo por su severidad; se estima que un tercio de población sufre depresión alguna vez en su vida.
7	Terapia cognitiva - conductual (TCC)	Aplicación de la terapia cognitiva para tratar depresión en una ama de casa	Manejar y modificar los pensamientos automáticos, así como desarrollar nuevas habilidades cognitivas-conductuales	Reducción de los síntomas en pacientes y mejorar las relaciones interpersonales dentro de su hogar
8	Terapia cognitiva - conductual (TCC)	Entrenamiento en estrategias cognitivo-conductuales de afrontamiento de los síntomas depresivos para aumentar niveles de adherencia al tratamiento en pacientes con insuficiencia renal crónica de la Unidad Renal Diallbarra de la ciudad de Ibarra	Disminuir los síntomas depresivos y mejorar el nivel de adherencia al tratamiento	al finalizar la intervención se obtuvo resultados positivos tales como la mejoría en el estado de ánimo y la reducción de los síntomas depresivos de los participantes, además se redujo sustancialmente el índice de distorsiones cognitivas y con ello se mejoró el nivel de adherencia al tratamiento médico y se promovió la calidad de vida de los pacientes y sus familiares
9	Terapia cognitiva - conductual (TCC)	Tratamiento cognitivo conductual de la depresión, un análisis de caso	Disminuir las manifestaciones de la depresión en una madre con un hijo discapacitado, por medio del Tratamiento Cognitivo-Conductual.	las técnicas planteadas, como es el caso de las tareas, registros conductuales y técnicas de relajación, fueron las principales técnicas que proporcionaron un soporte a dicha intervención.
10	Terapia cognitiva - conductual (TCC)	Relación entre conductas autolesivas, ansiedad y depresión en adolescentes, una guía enfocada desde el modelo Cognitivo Conductual	Establecer la relación existente entre conductas autolesivas en adolescentes, la ansiedad y depresión.	Se define a las autolesiones como conductas autodestructivas que causan un daño directo a la persona que lo practica, sin intención de causar la muerte, este fenómeno ha generado preocupación La metodología utilizada fue de manera cuantitativa por medio de estudios descriptivos, de corte transversal, además de un estudio cualitativo con análisis de casos.
11	Terapia cognitiva - conductual (TCC)	Ideación suicida y respuesta a la terapia cognitiva conductual en adolescentes puertorriqueños/as con depresión mayor	examinó la respuesta a una terapia cognitivo-conductual para la depresión con un protocolo para el manejo del riesgo suicida incorporado	En conclusión, la mayoría de los/as adolescentes con depresión e IS tratados con la TCC redujeron significativamente sus pensamientos suicidas.
12	Terapia de	Terapia de activación	Expone el tratamiento de un trastorno	Los resultados demuestran que la intervención ha resultado

	activación conductual	conductual para la depresión: aplicación a un paciente con esquizofrenia paranoide	depresivo en un individuo con un diagnóstico de esquizofrenia	muy eficaz para disminuir la sintomatología depresiva inicial dejando de cumplir criterios de episodio depresivo al finalizar el tratamiento y manteniéndose este resultado durante el seguimiento, confirmado tanto por la CDSS como por la escala de depresión de la PANSS.
13	Terapia cognitiva - conductual (TCC)	La terapia cognitivo conductual en el tratamiento de la depresión del trastorno bipolar tipo I	Describen las bases teóricas y los estudios empíricos que avalan el uso de la TCC como una intervención psicosocial indispensable.	La TCC es efectiva en los pacientes recuperados, en aquellos con síntomas depresivos subsindrómicos y que no han tenido más allá de doce episodios afectivos a lo largo de la evolución del padecimiento. Obviamente su utilidad disminuye cuando existe mayor comorbilidad y cronicidad.
14	Terapia cognitiva - conductual (TCC)	Eficacia de la terapia cognitivo- conductual en mujeres con cáncer de mama	Mostrar la eficacia de la terapia cognitivo conductual en una muestra de pacientes diagnosticadas con cáncer de mama, con el fin de disminuir niveles de ansiedad y depresión, desarrollar habilidades de afrontamiento positivo para mejorar la percepción de calidad de vida	Se concluye que la terapia cognitivo conductual demostró eficacia en la muestra estudiada
15	Terapia cognitiva - conductual (TCC)	Psicoterapia via internet: aplicación de un programa de intervención cognitivo-conductual para pacientes con depresión	Exponen los hallazgos obtenidos de la aplicación de una intervención cognitivo-conductual via internet para pacientes con depresión. Se informa de los datos de ocho participantes; seis mujeres y dos hombres, en un rango de edad de 19 a 48 años, con diagnóstico de depresión leve y moderada, evaluada según los criterios del dsm-iv-r	se puede concluir que la psicoterapia via internet está en constante cambio y crecimiento, en la medida en que la tecnología sigue avanzando. La tarea pendiente es dar cuenta de los rendimientos, fallas y aciertos en la aplicación de estas nuevas tecnologías en el tratamiento de trastornos psicológicos, así como centrar estudios en las características de la comunicación no verbal que se da en un proceso terapéutico via internet, para incluir en él las modificaciones necesarias y potenciar lo que, hasta el momento, haya tenido rendimientos positivos en la disciplina
16	Terapia cognitiva - conductual (TCC)	Efectos de la terapia cognitivo-conductual sobre la depresión en personas mayores institucionalizadas	Comprobar que la aplicación de una terapia de reestructuración cognitiva en ancianos deprimidos institucionalizados sin deterioro cognitivo es efectiva para la mejora de la depresión, así como en diferentes variables consideradas.	Numerosos estudios han puesto de manifiesto la alta prevalencia de la depresión, cuyas cifras son todavía mayores en la vejez, especialmente en personas mayores institucionalizadas. Los resultados encontrados en la variable satisfacción mostraron una mejora de ésta en el grupo tratamiento tras la aplicación de la terapia de reestructuración cognitiva
17	Psicoterapia interpersonal Terapia cognitiva - conductual (TCC)	Psicoterapia interpersonal en el tratamiento de la depresión mayor	amplía las aplicaciones de la IPT a la adolescencia y a la gerontopsiquiatría, a numerosos ámbitos asistenciales como la atención primaria o en residencias geriátricas, al formato grupal y de pareja, al tratamiento prolongado (IPT de continuación/ mantenimiento) y al tratamiento de otros trastornos afectivos y no afectivos (distrés psicológico, trastorno bipolar, distimia, bulimia nerviosa, pacientes VIH-positivos deprimidos, etc)	En síntesis, podemos afirmar que la Psicoterapia Interpersonal, gracias a la evidencia empírica, ha logrado una importante posición en el complejo ámbito de las psicoterapias, y especialmente en el limitado mundo de los tratamientos antidepresivos. En este último ha sido reconocida ampliamente como uno de los instrumentos más eficaces en el tratamiento aislado o combinado de la depresión mayor, en el corto y largo plazo
18	Terapia cognitiva - conductual (TCC)	psicoterapia a través de internet Recursos tecnológicos en la práctica de la psicoterapia	En este trabajo, dos grupos de pacientes aquejados de ansiedad, depresión o con síntomas mixtos fueron tratados de igual manera por un médico de familia: medicación cuando fue necesaria, diálogo, protección social y derivación a especialistas excepto a profesionales de la salud mental.	Encontramos que, comparando este programa, altamente interactivo -con muchas propuestas de actividad y la necesidad de expresarse por escrito a menudo-, con una página educativa sobre la depresión
19	psicofarmacología Terapia cognitiva - conductual (TCC)	Eficacia de los antidepresivos y de la psicoterapia en el tratamiento de la depresión	Conocer la eficacia de los antidepresivos en el tratamiento de la depresión en comparación con la psicoterapia	Ningún estudio de meta análisis concluyó que el uso de antidepresivos era superior en efectividad al empleo de la psicoterapia. Se revisó una guía de práctica clínica sobre el tratamiento de la depresión, encontrándose que no se recomienda el uso de antidepresivos en la depresión menor o en la depresión mayor leve (salvo excepciones), y que la depresión mayor moderada o grave debe recibir un tratamiento combinado de antidepresivos y psicoterapia.
20	Terapia cognitiva - conductual (TCC)	Psicoterapia cognitivo conductual de grupo	Evaluar la efectividad de una intervención cognitivo conductual de	Los hallazgos encontrados sugieren la eficacia significativa de la intervención en la disminución de la ansiedad, la

		anualizada como una alternativa de intervención con adultos mayores	grupo manualizada en el tratamiento de las ideas irracionales, la depresión, la ansiedad y en la mejora del bienestar subjetivo de adultos mayores.	depresión y las ideas irracionales, y en el aumento del bienestar subjetivo y de algunas conductas de la vida diaria.
		La efectividad de la terapia cognitiva de la depresión en cuatro mujeres cuyas edades oscilan entre los 30 y 50 años	Reportar los resultados de la implementación de la con Terapia Cognitiva de la Depresión de acuerdo a lo postulado por Aaron Beck, Rush, J. Shaw, B. y Emery, G. (1) en cuatro mujeres entre los 30 y 50 años de edad	Los hallazgos encontrados sugieren la eficacia significativa de la intervención en la Disminución de la ansiedad, la depresión y las ideas irracionales, y en el aumento del bienestar subjetivo y de algunas conductas de la vida diaria.

Anexo 2 Categoría 2: técnicas clínicas desde una perspectiva de psicoterapias humanistas

#	técnica evidenciada	título	objetivo	resultados
21	Psicodrama	Psicoterapia psicodramática: una forma de diagnóstico y tratamiento para la depresión.	Reflexión epistemológica, teórica y metodológica del abordaje psicodramático, como modelo diagnóstico y psicoterapéutico y sus aplicaciones específicas en los trastornos de alta prevalencia en la actualidad, como son los trastornos depresivos.	veamos en el caso específico de la depresión, que las defensas instaladas suelen disminuir las capacidades de respuestas afectivas, congelándose la rabia o la pena, quedando enquistada la posibilidad de conciencia y catarsis de integración. En este aspecto el psicodrama en ciertas etapas de la depresión posee técnicas abre activas que posibilitan lo anterior.
22	Atención plena	Terapia Narrativa basada en la atención plena para la depresión.	Conceder la importancia equipotencial a la capacidad que tenemos como seres humanos para construir historias.	Después de muchos años de observación- participante en la clínica de salud mental, los autores de este texto, proponen describir lo que creen haber aprendido y teorizado acerca de la observación propia. De ahí, desde esa observación participante en la clínica, parte de la propuesta de intervención psicoterapéutica que presentan.
23	terapia grupal	Aplicación de la terapia grupal con enfoque humanista a adolescentes con síntomas de Depresión hijos de padres migrantes en la Unidad Educativa Fiscal Mixta Central de la inmaculada	Reducir la depresión en adolescentes	después de la aplicación de los instrumentos se demostró la disminución de los niveles de depresión
24	psicoterapia Gestalt darse cuenta, aquí y ahora, autorregistro o registro de pensamiento	Caso clínico: investigación gestáltica en trastorno de personalidad dependiente y depresión mayor.	sistematización de la experiencia en la práctica psicoterapéutica realizada en la supervisión en escenario clínico de corte Gestalt de la Universidad Iberoamericana plantel Puebla	El informe incluye tanto la información general del caso clínico, como la medición clínica para la evaluación del avance obtenido en tres aspectos: Enojo, depresión y ansiedad, relacionando los datos entre la primera, quinta, décima y décimo quinta sesión. Además, se analiza la intervención realizada, incluyendo la pertinencia y eficacia de la problemática a tratar, a partir de un enfoque Gestalt. El informe abarca un periodo de tratamiento de 15 sesiones iniciando el 1 de septiembre de 2016 al 16 de noviembre del mismo año.
25	terapia Gestalt	Estudio de caso basado en terapia humanista	explicar cómo la Terapia Humanista con técnicas de la Gestalt funciona sobre una paciente de 29 años de edad que presenta baja motivación, leve depresión y trastorno de somatización	Se puede concluir que el uso de la Gestalt en la paciente fue positivamente favorable, se cumplió con los objetivos de terapia que se establecieron a un inicio, lo más importante es que se creó confianza en la paciente. A su vez los niveles de ansiedad, miedo y evitación bajaron.
26	proyecto de vida logoterapia	Proyecto de vida con Enfoque Humanista para la prevención de consumo de drogas en adolescentes que presentan depresión y ansiedad de la Unidad Educativa Jadán	conocer la influencia del proyecto de vida con enfoque humanista en adolescentes con problemas de depresión	la logoterapia es una herramienta útil para el desarrollo de proyectos de vida y estos fortalecieron a los adolescentes como un mecanismo de protección frente a sus problemas
27	terapia enfocada en emociones	Exploración e identificación de emociones a través de técnicas de la terapia enfocada en emociones en un caso con depresión mayor	Este estudio de caso profundiza características y factores de éxito mediante la aplicación de técnicas psicoterapéuticas de la Terapia Enfocada en Emociones, para la exploración e identificación del área emocional en una cliente diagnosticada con Episodio de Depresión Mayor.	De alguna forma, se observó que, venir a terapia le permitió sentirse parte de algo, que aumentó su motivación y confianza. Ahora sabe que hay alguien que la puede escuchar y que no tiene que seguir callándose el resto de su vida.
28	psicoterapia positiva	Resultados de la psicoterapia positiva en pacientes con depresión	Contribuir a una nueva alternativa de tratamiento de una enfermedad que a nivel mundial está en aumento y que no se había aplicado a la realidad nacional como lo es la depresión	Los resultados arrojan diferencias de medias significativas en las medidas pre y post del grupo de terapia positiva. Además, se observa una clara tendencia en las diferencias de medias a favor de la eficacia de la psicoterapia positiva sobre la terapia habitual.
29	psicoterapia positiva	Diseño de una intervención basada en técnicas de regulación emocional y psicología positiva para un caso de trastorno depresivo mayor	Intervención para un caso diagnosticado con TDM y rasgos de TLP, basada en técnicas de regulación emocional y psicología positiva.	El uso de técnicas como la regulación emocional y la psicología positiva, podrían resultar de gran utilidad en el tratamiento del TDM en comorbilidad con problemas de la personalidad.

Anexo 3. Categoría 3 técnicas clínicas desde un enfoque grupal

#	técnica evidenciada	título	objetivo	resultados
30	Talleres reflexivos	Autoestima y juventud puertorriqueña: Eficacia de un modelo de intervención para mejorar la autoestima y disminuir los síntomas de depresión	Evaluar la eficacia de los talleres que ofrece el programa META en el fortalecimiento de la autoestima de adolescentes y jóvenes adultos.	Conocer las prácticas psicosociales basadas en la evidencia permite a los profesionales en el área de la conducta humana comprender la literatura concerniente a los resultados de dichas investigaciones y aplicar las intervenciones que mejor convengan a los participantes de los servicios que ofrecen
31	Romper las pautas depresógenas, Manejo del Cambio, Búsqueda de excepciones y Acoger temas importantes para las pacientes	Propuesta de un Modelo de Psicoterapia Grupal Estratégica en Depresión Severa: Cómo Pasar de Víctima de la Depresión a Protagonista de la Recuperación Terapéutica Psicológica.	Intentar transmitir una forma distinta de ver la depresión, desde un enfoque constructivista, donde se prioriza el trabajo con los recursos de las pacientes y el uso de intervenciones estratégicas para romper las pautas depresógenas.	La terapia expuesta fue constructivista y construido en el lenguaje desde la realidad de las pacientes con las que se trabajó, se crearon nuevos significados, se reformularon y construyeron historias personales en base a nuevas experiencias, que generaron un cambio en su identidad, en cómo ellas se definían a sí mismas
32	grupo focal	Aceptación del programa Estrategias para Mantener un Ánimo Saludable (EMAS): Un programa de prevención de la depresión para adolescentes	Evaluar el nivel de aceptación de adolescentes hacia un programa de prevención de la depresión facilitada por maestros/as en escuelas públicas de Puerto Rico.	El Programa EMAS es el primer programa de prevención de la depresión desarrollado, implementado y evaluado en escuelas en Puerto Rico. Ha recibido la aprobación y acogida de los/as adolescentes que participaron del mismo. Al ser facilitado por maestros/as aumenta su viabilidad de implementación en el contexto escolar público que no cuenta con profesionales de salud mental y es muy cambiante.
33	Mindfulness, atención plena	Eficacia de los tratamientos psicológicos basados en mindfulness para los trastornos de ansiedad y depresión: una revisión sistemática	Conocer el grado de eficacia clínica de los tratamientos psicológicos basados en la atención plena (mindfulness) para tratar síntomas asociados a los trastornos de ansiedad y/o depresión, a partir de la revisión sistemática de trabajos relevantes existentes en la literatura científica	La efectividad de las terapias grupales se investigó en el Hospital Psiquiátrico "Yucatán" con pacientes adultos con depresión bajo tratamiento psicofarmacológico. Se utilizó un enfoque cuantitativo con un diseño cuasi experimental conformado por tres grupos; uno con tratamiento cognitivo conductual, otro con terapia breve focal y el grupo control. Los resultados indican que los tres grupos mejoraron significativamente su estado de ánimo en el posttest en comparación con el pretest.
34	grupo focal	Efectividad de las terapias grupales en pacientes con depresión.	Observar La efectividad de las terapias grupales	Se concluye que existe mayor eficacia cuando los pacientes con depresión son tratados de manera simultánea con psicofármacos y tratamientos psicológicos; esto implica que las terapias grupales satisfacen la demanda de atención de estos pacientes a bajo costo y de manera efectiva
35	masajes terapéuticos	Intervenciones psicológicas perinatales en depresión materna y vínculo madre-bebé: una revisión sistemática.	Revisar la literatura existente sobre intervenciones psicológicas focalizadas en reducir la depresión y/o favorecer un vínculo madre-infante positivo desde el embarazo hasta los dos años del niño/a	La depresión perinatal constituye un trastorno de alta prevalencia con repercusiones negativas en la madre y en el bebé. Los resultados muestran que un mayor número de intervenciones se focalizan en la depresión perinatal como variable, distinguiendo entre intervenciones en el embarazo y postparto. Un menor número de estudios se dirige a la calidad del vínculo madre-infante y a ambas variables. Las intervenciones reportadas como exitosas, incluyen intervenciones grupales e individuales dirigidas a favorecer la sensibilidad materna y técnicas corporales
36	terapia grupal	Terapia de grupo para la depresión en adultos mayores	Determinar la influencia de diferentes técnicas en el tratamiento de la depresión	Muestra un modelo de terapia de grupo aplicado en adultos mayores con depresión. Fueron diagnosticados con esta enfermedad mediante la aplicación del Test de Depresión Geriátrica de Yesavage. (autodescubrimiento, espejo, rol playing, silla vacía, carta cerrada, visualización y relajación muscular, terapia de la risa, cierre de heridas y poder perdonar)
37	terapia grupal	Diseño de una propuesta de intervención grupal para pacientes diagnosticados de depresión mayor.	Modificar creencias disfuncionales, favoreciendo la adopción de un pensamiento Adaptativo.	A modo de conclusión, se puede decir que con el presente trabajo se ofrece un tratamiento psicológico integral que recoge todos los componentes terapéuticos para el tratamiento de la depresión mayor, a fin de disminuir la constante presión asistencial existente en las Unidades de Salud Mental, mediante un protocolo de terapia de grupo que puede proporcionar la eficacia, efectividad y eficiencia que se requiere en cualquier tratamiento psicológico de calidad, beneficiando tanto a la Unidad de Salud Pública como a pacientes de la misma.
38	Terapia cognitiva - conductual (TCC)	Intervención psicológica en adultos mayores con depresión	evaluar la efectividad de una intervención psicológica para disminuir la depresión en adultos mayores	la intervención psicológica resultó efectiva pues se logró disminuir a leve los niveles iniciales de depresión establecida y los considerados con leve a no depresión, por lo tanto se afirma que con su aplicación fue modificado el estado emocional de los adultos mayores que se implicaron en la muestra
39	terapia grupal humanista	Aplicación de terapia grupal desde la perspectiva humanista, en pacientes de consulta externa con trastorno depresivos, atendidos en el Centro de Reposo y Adicciones C.R.A.	trabajar desde la terapia grupal diferentes aspectos para reducir los síntomas de depresión	el dispositivo aplicado funcionó eficazmente dentro del grupo, constituyendo un proyecto factible al cual se puede dar continuidad y aplicar no sólo en pacientes depresivos; ya que permite abordar cualquier otro trastorno.

Anexo 4. Categoría de técnicas clínicas neutras y/o no psicológicas

#	técnica evidenciada	título	objetivo	resultados
40	Ejercicio físico.	Influencia del ejercicio físico en los síntomas depresivos y en la aptitud funcional de los ancianos en el sur de Brasil	Verificar la influencia del ejercicio físico en los síntomas depresivos y en la aptitud funcional de ancianos participantes en un programa de ejercicio físico, realizado en los centros de salud de Florianópolis, Brasil.	De acuerdo con los resultados obtenidos, se observó una influencia positiva del ejercicio físico en la reducción de los síntomas depresivos y en la mejora de la aptitud funcional, sugiriendo una relación inversa entre esas variables.
41	Mindfulness, terapia de aceptación y compromiso	Aplicación de la terapia de aceptación y compromiso en pacientes con fibromialgia una experiencia clínica	La Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT) se presenta como una alternativa, ya que pone énfasis en la aceptación o la disposición a experimentar dolor y eventos privados desagradables (pensamientos, recuerdos, sensaciones...) dentro de un contexto de valores, en lugar de tratar de controlarlos	La fibromialgia es un trastorno con una elevada prevalencia en población general, lo que la convierte en uno de los problemas sanitarios que consumen más recursos. El objetivo de los tratamientos médicos y psicológicos convencionales ha sido reducir el dolor sin alterar la funcionalidad de la persona, aunque no han demostrado tener una elevada eficacia.
42	Psicoterapia analítica, (si es psicoanálisis, pero breve)	La depresión: etiología y tratamiento	Conocer la influencia de la terapia psicoanalítica en la depresión	El juego es lo contrario al pensamiento reflexivo. El sujeto que juega se siente atraído y no abstraído. Jugar implica una intensa participación de la libido, cuya energía está al servicio de un placer que surge gracias al contacto con el mundo. El sentido simbólico del juego, en la psicoterapia analítica, no debe ocultar el valor de la participación del vector del contacto, tanto en el nivel transferencial como en la contratransferencia.
43	Mindfulness, Taichí y Yoga	Efectos de intervenciones mente/cuerpo sobre los niveles de ansiedad, estrés y depresión en futuros docentes de educación primaria: un estudio controlado	Comparar el efecto de tres programas mente/cuerpo que gozan de amplia popularidad en la actualidad, como son Mindfulness, Taichí y Yoga, en el estrés, ansiedad y depresión de una muestra de estudiantes universitarios.	Los resultados señalaron que los tres procedimientos experimentales fueron efectivos en algunas de las variables evaluadas v/s el grupo control donde no se observaron disminución en sus variables, incluso se observó un aumento de la sintomatología depresiva. Estos resultados corroboran lo que ha sido ampliamente demostrado, esto es, las intervenciones mente/cuerpo mejoran el nivel de salud mental de las personas en comparación con quienes no realizan estas prácticas.
44	Relajación, reestructuración cognitiva, habilidades de comunicación, resolución de problemas.	Prevención de la depresión en niños y adolescentes: revisión y reflexión.	Describir los programas de prevención de la depresión en niños y adolescentes.	En este artículo se describen los principales programas de prevención de la depresión en niños y adolescentes, analizando las conclusiones derivadas de las más recientes revisiones cualitativas y cuantitativas. Se detallan las características de las intervenciones que han conseguido mayores efectos, así como algunas limitaciones de los estudios.
45	hipnosis	Hipnosis clínica y psicoterapia: Una propuesta integrativa para el tratamiento de la depresión unipolar	demostrar el desarrollo de la hipnosis en la psicoterapia	Este modelo permite la comprensión de la depresión y sus características adjuntas) en términos de patrones, integrando el uso de la hipnosis en su tratamiento, utilizándose ésta principalmente para interrumpir las pautas depresógenas y delinear nuevas pautas más adaptativas de pensamiento y conducta
46	Terapia Breve	Terapia Breve y Depresión infantil (Estudio de Caso)	Intervenir en el subsistema, prescribiendo actividades ajenas a los deberes, baja la tensión entre ambos.	Una vez finalizado el proceso terapéutico la depresión disminuyó en los participantes, logrando de esta manera contribuir a su mejoría y bienestar tanto personal, mental y social
47	evaluación psicológica	Intervención psicológica en adultos mayores con depresión	Evaluar la efectividad de una intervención psicológica para disminuir la depresión en adultos mayores de la Casa de abuelos "Dr. Diego Tamayo Figueredo", de Puerto Padre, en el período de noviembre de 2013 - mayo de 2014.	La intervención psicológica resultó efectiva pues se logró disminuir a leve los niveles iniciales de depresión establecida y los considerados con leve a no depresión, por lo tanto se afirma que con su aplicación fue modificado el estado emocional de los adultos mayores que se implicaron en la muestra.
48	multidisciplinar	Tratamiento multimodal de niños y adolescentes con depresión	revisión de la bibliografía acerca de la eficacia y seguridad de los antidepressivos en este grupo de edad, así como el efecto de la psicoeducación y otras intervenciones psicológicas en el funcionamiento académico y social de los pacientes	La terapia interpersonal (TI) es una psicoterapia breve centrada en las relaciones sociales del individuo y el estado actual de las mismas. La TI ha demostrado, al igual que la TCC, una reducción en la gravedad de los síntomas a corto y mediano plazo, disminución en la aparición de síntomas depresivos en sujetos de alto riesgo y en la ideación suicida.
49	Mindfulness:	Mindfulness: Conceptos generales, psicoterapia y aplicaciones clínicas	presentar una revisión sobre el concepto de Mindfulness, su uso en la psicoterapia y sus aplicaciones clínicas	Mindfulness ha demostrado utilidad en una variedad de trastornos mentales y físicos como estrés, depresión, trastornos de ansiedad, trastornos de conducta alimentaria, dolor, cuadros emocionales vinculados a cáncer, etc. La práctica de Mindfulness también ha demostrado efectos positivos en la relación terapéutica y la obtención de habilidades importantes para una buena práctica psicoterapéutica.

50	Mindfulness:	Meditación, Mindfulness y sus efectos biopsicosociales. Revisión de la literatura.	Presentar evidencias recientes sobre los efectos biopsicosociales de la meditación, Mindfulness y algunas otras técnicas que requieren meditación y relajación en diferentes ámbitos de actividad humana.	Generar un hábito en meditación ejerce una función importante en el desarrollo personal (psicológico, funcional, espiritual) que para meditadores entrenados es esencial como propósito existencial, de ahí su adherencia y motivación a persistir esta actividad y para las personas no expertas también les genera mejoras de una forma global en su calidad de vida
51	estudio demográfico	Depresión en el adulto mayor estudio descriptivo a realizarse con personas adultas mayores Institucionalizadas en el hogar de ancianos de San Vicente de Paul, san salvador entre los meses de Agosto a diciembre del año 2011	Medir los estados de depresión existentes que se dan en la población del hogar de ancianos San Vicente de Paul ya que en esta etapa de la vida es donde se dan los cambios de mayor incidencia del deterioro psicológico, social y físico, hecho que se manifiesta cuando el adulto presenta síntomas de depresión	Consideramos que el trabajar con el adulto mayor es una experiencia muy gratificante y enriquecedora ya que deja un aprendizaje bastante significativo sobre la manera en que vive, piensa y siente el adulto mayor.
52	técnica neutra	Efectos del uso de videos educativos para el manejo de pacientes en cuidados paliativos en la ansiedad y depresión del cuidador	Establecer si del uso de videos educativos sobre el manejo de pacientes en cuidados paliativos tiene algún efecto en los niveles de ansiedad y depresión del cuidador familiar.	Los resultados obtenidos mostraron que los cuidadores tuvieron un mayor puntaje en lo que se refiere a los conocimientos al comparar la primera medición, previa a la intervención de los videos, con la segunda donde tuvieron acceso a estos. Asimismo, se observó un descenso en las puntuaciones en la ansiedad y la depresión de los cuidadores al contrastar los valores en ambas mediciones.
53	Mindfulness	Terapia Mindfulness en adolescentes con TDAH y trastornos de ansiedad o depresión	Estudiar y analizar la práctica del Mindfulness en adolescentes con Trastorno por Déficit de Atención con o sin Hiperactividad con Trastorno de Ansiedad o Depresión.	un efecto beneficioso que podría desprenderse de esta investigación sería el reducir el consumo de fármacos en estos niños. Demostrar que mediante los programas de Mindfulness se pueden paliar los Trastornos por Ansiedad y Depresión sin necesidad de medicación.
54	ginec Obstetricia	Depresión perinatal: Detección y tratamiento	El estrecho contacto que los profesionales de la ginec Obstetricia mantienen con las embarazadas/puérperas, proporciona una oportunidad única para diagnosticar y tratar precozmente la depresión perinatal. Tratamientos.	En la evaluación de los riesgos asociados a ellos, se debe tener presente que, abstenerse de indicar un antidepresivo a una embarazada deprimida, o con alto riesgo de presentar una recidiva, puede generar un riesgo mayor en la mujer y el feto que el riesgo por la exposición al fármaco.
55	análisis documental	depresión mayor en adultez tardía: factores causales y orientaciones para el tratamiento	Presentar un panorama actualizado sobre el trastorno depresivo mayor en la adultez tardía, mediante la revisión de diferentes trabajos acerca de esta patología en cuanto a causas y tratamientos reconocidos, teniendo en cuenta los componentes claves y más relevantes de estos últimos	En cuanto al tratamiento, las psicoterapias como la TCC, la interpersonal, psicodinámica breve y la farmacológica han demostrado parcialmente su efectividad en el tratamiento de la depresión mayor en la adultez tardía, sin embargo, se han sugerido intervenciones integrales que combinen procedimientos que involucren acompañamiento familiar, farmacológico, solución de problemas, y sobretodo propiciar espacios que hagan más llevaderas las enfermedades crónicas, manejo del dolor, y calidad en las interacciones en los distintos contextos psicosociales del adulto mayor.
56	análisis de caso	Depresión en el adulto mayor	Presentar la depresión en adultos mayores y la intervención desde la psicoterapia	Es esencial tener una buena valoración y un tratamiento para la depresión, pero no es suficiente. Conocer y valorar la unicidad de cada adulto mayor, sus experiencias en el pasado y en el presente y cómo estas forman su realidad, puede contribuir mucho más a una vejez sana y al bienestar emocional que cualquier medicamento o tratamiento.
57	psicología clínica	Guía de intervención psicológica para pacientes con embarazo de alto riesgo	Ofrecer al especialista en salud mental, pautas para la atención psicológica de mujeres con embarazo de alto riesgo dentro de las instituciones de salud.	Reducción de la sintomatología de tipo ansioso, depresivo, disfórico, eufórico o mixto.
58	estudio sociodemográfico	La depresión en adolescentes	Analiza la prevalencia y las diferencias según sexo, edad y cultura	Las conclusiones generales enfatizan la necesidad de crear unidades multidisciplinarias especializadas que permitan una detección precoz y un Tratamiento integrado.
59	psicología clínica	Ansiedad y depresión en pacientes obesos mórbidos: efectos a corto plazo de un programa orientado a la disminución de la sintomatología	Conocer los efectos en las dimensiones psicológicas de un programa interdisciplinario de 10 meses de duración.	Los resultados muestran una disminución, estadísticamente significativa, en la sintomatología ansiosa y depresiva de todos los participantes. El artículo finaliza reflexionando sobre los alcances de la intervención, las dimensiones teóricas que pueden explicar los cambios y los requerimientos de futuros programas en el área.
60	técnicas narrativas	Técnicas narrativas: un enfoque psicoterapéutico	Profundizar los conocimientos en esta importante herramienta terapéutica	Se considera que externalizar los problemas es fundamental para el desarrollo adecuado del niño ya que, al percibir el problema como algo separado de él, no ve afectada su propia identidad.

Anexo 5. Evidencias de búsqueda de artículos investigativos

Google Académico: técnicas para la depresión

Aproximadamente 39.800 resultados (0,67 s)

Intervalo específico...
2009 — 2018

Ordenar por relevancia
Ordenar por fecha

Cualquier idioma
Buscar sólo páginas en español

Incluir patentes
 Incluir citas

Crear alerta

IPORJ **Terapia cognitiva de la depresión** [PDF] cop.es
AT Beck, AJ Rubeo, BF Shaw, G Emery - 2010 - cop.es
... enumerar los problemas a tratar durante la sesión y las técnicas a utilizar para resolverlos - al final de la sesión, se proponen nuevas tareas para casa o Las tareas más comunes son: " experimentos para comprobar hipótesis ... Page 8. 8 **TECNICAS CONDUCTUALES** ...
☆ Citado por 1452 Artículos relacionados Las 6 versiones

IPORJ **La Activación Conductual (AC) y la Terapia de Activación Conductual para la Depresión (TACD): Dos protocolos de tratamiento desde el modelo de la ...** [PDF] ucjc.edu
J Barraca - 2009 - repositorio.ucjc.edu
Page 1. eduPaykiné, 2009, Vol. 8, No. 1, 23-50 23 **RESUMEN** Las técnicas de activación conductual planteadas para la mejora de la depresión han acabado por conformar una terapia por propio derecho. Sin embargo, en su ...
☆ Citado por 33 Artículos relacionados Las 4 versiones

IPORJ **Manual de técnicas de intervención cognitivo conductuales** [PDF] academia.edu
MÁR Fernández, MID García, AV Crespo - 2012 - academia.edu
... 488 7.1.2. **Técnicas del MBSR** ... 490 7.1.3. Procedimiento del programa MBSR ... 497 7.1.4. Aplicaciones y resultados del programa MBSR ... 498 7.2. **Terapia cognitiva basada en mindfulness para la depresión (MBCT)** ...
☆ Citado por 154 Artículos relacionados Las 4 versiones

IPORJ **Eficacia de los tratamientos psicológicos basados en mindfulness para los trastornos de ansiedad y depresión: una revisión sistemática= Effectiveness of mindfulness** [PDF] uned.es
MT Miró, L Escalero-Pérez, J Pérez Ramos, A Rivero - 2011 - e-spacio.uned.es
... En cuanto a la aplicación de estas técnicas, pudo observarse que la intervención MBCT se ... a estudio con personas mayores afectas de depresión mayor, o con depresión mayor y ... A partir de estos resultados, se concluye que la MBCT resulta eficaz para prevenir recaídas en ...
☆ Citado por 56 Artículos relacionados Las 14 versiones

IPORJ **Terapia cognitiva-conductual (TCC) Como tratamiento para la depresión: Una revisión del estado del arte** [PDF] redalyc.org
JVP Pico, DEP Díaz, Guzmán, 2011 - redalyc.org
... Otros estudios han destacado componentes incluidos en la Terapia Cognitiva de Beck para la depresión, como las técnicas de resolución de problema 10, 17, la activación conductual 18, mientras que otros han ampliado la TC para incluir nuevas técnicas, como la meditación ...
☆ Citado por 22 Artículos relacionados Las 6 versiones

Google Académico: técnicas para la depresión

Página 2 de aproximadamente 39.800 resultados (0,04 s)

Intervalo específico...
2009 — 2018

Ordenar por relevancia
Ordenar por fecha

Cualquier idioma
Buscar sólo páginas en español

Incluir patentes
 Incluir citas

Crear alerta

IPORJ **El programa nacional para el diagnóstico y tratamiento de depresión en atención primaria: una evaluación necesaria** [HTML] conicyt.cl
R Alvarado, G Rojas - Revista médica de Chile, 2011 - soeilo.conicyt.cl
... los grupos, ya sea a través de optimizar la asignación de los casos en el diseño o incorporar técnicas de análisis estadístico para controlar el potencial sesgo. También debería estudiarse la situación específica de los hombres que inician su tratamiento por depresión, ya que ...
☆ Citado por 29 Artículos relacionados Las 4 versiones

IPORJ **Aplicación de técnicas de relajación antes de cirugía de la mama** [HTML] sld.cu
Y Nápoles Izquierdo, M Agüero Padrón - ... Archivo Médico de ... 2013 - soeilo.sld.cu
... Objetivo: evaluar la eficacia de la intervención psicológica con técnicas de relajación, para disminuir los ... El estudio se desarrolló en tres etapas: en la diagnóstica se identificaron los niveles de ansiedad y depresión, en la intervención se aplicó la técnica de entrenamiento ...
☆ Citado por 9 Artículos relacionados Las 8 versiones

IPORJ **Efectividad de un programa grupal psicoeducativo para la depresión mayor en atención primaria: ensayo clínico controlado aleatorizado** [HTML] isciii.es
R Casañas, R Catalán, A Raya - Revista de la Asociación ... 2014 - SoeILO Espana
... AP de salud (2). La mayoría de guías de práctica clínica (GPC) para el manejo ... la reducción de los síntomas depresivos y en la prevención de la depresión en pacientes ... y estilo de vida saludable (dieta, ejercicio físico, comen) conjuntamente con técnicas cognitivo-conductuales ...
☆ Citado por 14 Artículos relacionados Las 10 versiones

IPORJ **Terapia narrativa basada en la atención plena para la depresión** [PDF] aglutinaeditores.com
AF Lina - 2013 - books.google.com
... no hay camino preestablecido más allá del que paciente y terapeuta van construyendo al relacionarse entre ellos con el objetivo de la búsqueda de historias alternativas que excluyan la tristeza o el sufrimiento de la depresión para el paciente. Las técnicas pueden provenir de ...
☆ Citado por 15 Artículos relacionados Las 3 versiones

IPORJ **Efecto de intervenciones mente/cuerpo sobre los niveles de ansiedad, estrés y depresión en futuros docentes de educación primaria: un estudio controlado** [PDF] researchgate.net
J Gallego, JM Aguilar-Parra, AJ Cangas - Revista de ... 2016 - researchgate.net
... Estudios recientes muestran la efectividad del yoga en problemáticas como depresión, ansiedad o ... se han centrado también en el efecto que estas técnicas pueden provocar ... estrés de los estudiantes, encontrándose en general resultados favorables tanto para mindfulness (De ...
☆ Citado por 15 Artículos relacionados Las 4 versiones

The screenshot shows a Google Scholar search results page for the query "autorregistro depresión". The page displays several search results, including:

- Estudio de la depresión infantil en los niños de pre-escolar** [PDF] ucuena.edu.ec. Authors: D Carrillo Avila, E Muñoz Pezantez - 2010 - dspace.ucuena.edu.ec. Summary: ... 1 EUGENIA MUÑOZ PEZANTEZ Resumen La depresión infantil es un trastorno que afecta a niños de todas las edades; ... enfrentar las diversas situaciones que lo acojan. PALABRAS CLAVES: Depresión infantil, tristeza, suicidio, cognición, test DSM- IV Page 2 ...
- Tratamiento cognitivo-conductual en depresión mayor, distimia e ideación autolítica persistente** [PDF] uhu.es. Authors: MT Rosique Sanz, T Sanz Aparicio - 2013 - rabida.uhu.es. Summary: ... depresiva, se comenzó por dar una explicación a la depresión ya la distimia ... cara a que pudiera entender lo que le sucedía. Asimismo se diseñó un autorregistro de "Pre ... del análisis funcional de su conducta distímica y de los autorregistros, de tal forma que fuera ...
- Diseño de una propuesta de intervención grupal para pacientes diagnosticados de depresión mayor** [PDF] umh.es. Author: J Richart Quereda - 2016 - dspace.umh.es. Summary: ... Psicoeducación. Modelo multifactorial interactivo del proceso de la depresión. Modelo explicativo de la etiología, psicopatología y tratamiento de los trastornos depresivos ... Entrenamiento en solución de problemas. Autorregistro de actividades (tareas para casa) 7-13 ...
- Diseño de un autorregistro de control nutricional interactivo para pacientes con diabetes Mellitus tipo 2 (ACNIZ)** [PDF] ucatolica.edu.co. Authors: NA Ramirez Forero, A Galindo, A del Pilar ... - 2015 - repository.ucatolica.edu.co. Summary: ... DESCRIPCIÓN: El ACNIZ 2 es un autorregistro de control nutricional interactivo diseñado para personas que padecen diabetes mellitus tipo 2. Este producto permite al paciente realizar un

The interface includes a search bar, filters for date and language, and a Windows taskbar at the bottom.

Anexo 6. Certificado de ponencia



Anexo 7

A1		Título																			
A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V
	Título	Autores	Resumen	Objetivos	Técnicas	Conclusiones	Referencia	Tipo													
1																					
2																					
3	La activación conductual (AC) y la terapia de activación conductual para la depresión (TACD)	Barraca	Las técnicas de activación conductual planteadas para la mejora de la depresión han acabado por conformar una terapia por propio derecho. Sin embargo, en su proceso de formalización, esta terapia se ha ramificado en dos protocolos de tratamiento algo diferentes entre sí: la Activación Conductual (AC) y la Terapia de Activación Conductual para la Depresión (TACD). Aunque ambos parten de un mismo origen y poseen inestricables lazos de unión, se diferencian al menos en cuatro parámetros importantes: (1) algunas teorías que sirven para justificar sus	comparar los dos protocolos desarrollados para la intervención (AC y TACD), a fin de comprender sus puntos en común y sus divergencias	Registro diario de actividades; Mindfulness	La terapia de activación conductual ha demostrado en poco tiempo su gran utilidad para el tratamiento de la depresión. Al menos uno de sus protocolos (el de la AC) se considera ya un tratamiento probablemente eficaz y se ha incluido en los manuales más prestigiosos de intervención psicológica	http://repositorio.ucoj.edu/bitstream/handle/20.500.12020/17400041413.pdf?sequence=1	Artículo													
6	Autoestima y juventud puertorriqueña: Eficacia de un modelo de intervención para mejorar la autoestima y disminuir los síntomas de depresión	Martínez, Roselló, & Toro	Esta investigación tuvo el propósito de evaluar la eficacia de los talleres que ofrece el programa META en el fortalecimiento de la autoestima de adolescentes y jóvenes	evaluar la eficacia de los talleres que ofrece el programa META en el fortalecimiento de la autoestima de adolescentes y jóvenes	Talleres reflexivos	Conocer las prácticas psicosociales basadas en la evidencia permite a los profesionales en el área de la conducta humana comprender	http://www.repsa.prr.net/index.php/teps/article/view/200	Artículo													
10	tratamiento de activación conductual para la depresión (TACD). Descripción, técnicas y aplicación	Barraca	Tratamiento de Activación Conductual para la Depresión (TACD) es un modelo de intervención muy estructurado que se fundamenta en principios de aprendizaje	Explicar el tratamiento de activación conductual para la depresión	Registro diario de actividades	El TACD supone un ejemplo paradigmático de que centrar las intervenciones en unas pocas técnicas bien contrastadas, en	https://www.repsa.prr.net/index.php/teps/article/view/200	Artículo													
17	Psicoterapia psicodramática: una forma de diagnóstico y tratamiento para la depresión.	Contreras	El artículo consiste en una reflexión epistemológica, teórica y metodológica del abordaje psicodramático, como modelo diagnóstico	reflexión epistemológica, teórica y metodológica del abordaje psicodramático, como modelo diagnóstico	Psicodrama	Finalmente vemos en el caso específico de la depresión, que las defensas instaladas suelen disminuir las capacidades de	http://epscic.bvsalud.org/pdf/psicodramaf/2012/05.pdf	Artículo													
21			después de muchos años de observación																		

Hoja1

Clipboard Font Alignment Number Styles Cells

A1		Título																			
A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V
	Título	Autores	Resumen	Objetivos	Técnicas	Conclusiones	Referencia	Tipo													
22	Terapia Narrativa basada en la atención plena para la depresión.	Fernandez & Rodriguez	después de muchos años de observación participante en la clínica de salud mental, los autores de este texto, proponen describir lo que creen haber aprendido y teorizado acerca de la observación propia	Conceder la importancia equipotencial a la capacidad que tenemos como seres humanos para construir historias	atención plena	Reducción de los síntomas en pacientes diagnosticados con depresión	https://books.google.es/books?id=2h1e2k1s3idm2n-DQ&pg=PR14&dq=tecnicas+clinicas+psiquiatricas+de+la+depresion+C32B3n3k3n3t3Dua3E3RM3e3e3u3u33M3u3	Libro													
27	Influencia del ejercicio físico en los síntomas depresivos y en la aptitud funcional de los ancianos en el sur de Brasil	Justino, Bertoldo & Zappellon	se propone estudiar la influencia que tiene el ejercicio físico en los adultos mayores, para ello el examen se realizó en 118 ancianos (10 mujeres y 17 hombres), sometidos al tratamiento por el tiempo mínimo de un año y 4 meses, evaluados	evaluar la influencia del ejercicio físico en los síntomas depresivos y en la aptitud funcional de ancianos participantes en un programa de ejercicio físico, realizado en	ejercicio físico	De acuerdo con los resultados obtenidos, se observó una influencia positiva del ejercicio físico en la reducción de los síntomas depresivos y en la mejora de la aptitud funcional	https://www.scienceirect.com/science/article/abs/pii/S0211133X09003291	Artículo													
33	Aplicación de la terapia de aceptación y compromiso en pacientes con fibromialgia una experiencia clínica	Plantada, Córdón & Martí	La fibromialgia es un trastorno con una elevada prevalencia en población general, lo que la convierte en uno de los problemas sanitarios que consumen más recursos. El objetivo de los tratamientos de aceptación y compromiso en estos casos es mejorar su intervención en estos casos	La terapia de aceptación y compromiso (ACT) se presenta como una alternativa, ya que pone énfasis en la aceptación o la disposición a experimentar los sentimientos negativos	mindfulness	después de aplicar un protocolo a personas con dolor crónico, donde se trabajaron aspectos como la práctica de mindfulness	https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4384362	Artículo													
38	Intervención cognitivo conductual en un caso de depresión mayor moderada.	Berná	una mujer de 34 años que presenta un trastorno depresivo mayor moderado que ha sido a causa de un suceso traumático. Los síntomas que	sufre la paciente y el segundo es ayudar a lograr un nivel de desempeño parecido al que tenía antes del suceso	Técnicas de relajación	obtenidos evidenciaron la consecución de los objetivos planteados, ya que disminuyeron sus síntomas depresivos	http://dspace.uhb.es/bitstream/handle/11009/2381/1/TF_G20Bern%C3%A1%20Fuiz%20Jennifer.pdf	Artículo													
42	La depresión: etiología y tratamiento. Ciencia y Sociedad. Instituto Tecnológico de Santo Domingo	Bogaert	La depresión reñada es un trastorno del humor que afecta la relación del yo con su ideal. Los eventos desencadenantes del conflicto son heridas narcisistas que se estremecen una imagen personal que se sostiene en una idealización del yo	conocer la influencia de la terapia psicoanalítica en la depresión	psicoterapia analítica	El juego es un instrumento al pensamiento reflexivo. El sujeto que juega se siente atraído y no abstraído. Jugar implica una intensa	https://www.redalyc.org/pdf/870/87024173002.pdf	Artículo													
47	Efectos de intervenciones mente/cuerpo sobre los niveles de ansiedad, estrés y depresión en futuros docentes de educación primaria: un estudio controlado	Gallego, Aguilar, Cangas Rosado & Länger	En este estudio se comparó el efecto de tres programas mente/cuerpo que gozan de amplia popularidad en la actualidad, como son Mindfulness, Taichi y Yoga, en el estrés, la ansiedad y la depresión de	Comparar el efecto de tres programas mente/cuerpo que gozan de amplia popularidad en la actualidad, como son Mindfulness, Taichi y Yoga, en el estrés, la ansiedad y la depresión de	Mindfulness, Taichi y Yoga	Los resultados señalan que los tres procedimientos experimentales fueron efectivos en algunas de las variables evaluadas vis el tiempo control de depresión	https://www.repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/436122/S20002734_Efecto_de_intervenciones_mente_cuerpo_sobre_los_niveles_de_ansiedad_estres_y_depresion_en_futuros_docentes_de_educacion_primaria.pdf	Artículo													
53	Prevención de la depresión en niños y adolescentes:	Sanchez, Mendez &	En este estudio se comparó el efecto de tres programas mente/cuerpo que gozan de amplia popularidad en la actualidad, como son Mindfulness, Taichi y Yoga, en el estrés, la ansiedad y la depresión de	Describir los programas de prevención de la depresión en	Relajación, reestructuración cognitiva, habilidades de	Los resultados señalan que los tres procedimientos experimentales fueron efectivos en algunas de las variables evaluadas vis el tiempo control de depresión	http://revistas.uned.es/index.php/NEBPC/article/view/12983/64	Artículo													

Hoja1

Categoría		Autor		Resumen				Palabras		Clasificación		Fecha		Tipo							
A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V
64	(EMAS) Un programa de prevención de la depresión para adolescentes	Ortiz, Rodriguez y Rodriguez		se realizó un cuestionario de selección a 152 jóvenes que participaron del Programa y 72 fueron evaluados en grupos focales	cas detectadas, se seleccionaron 15 estudios que cumplieran los criterios de selección definidos. El análisis sistemático de estos estudios nos permitió que	La efectividad de las terapias grupales se investigó en el Hospital Psiquiátrico "Yucatán" con pacientes adultos con depresión bajo tratamiento psicofarmacológico. Se utilizó un	La efectividad de las terapias grupales se investigó en el Hospital Psiquiátrico "Yucatán" con pacientes adultos con depresión bajo tratamiento psicofarmacológico. Se utilizó un	revisa la literatura existente sobre intervenciones psicológicas focalizadas en reducir la depresión y favorecer un vínculo madre-infante positivo desde el	programa de prevención de la depresión facilitado por maestras en escuelas públicas de Puerto Rico	Colaboró el grupo de trabajo de la clínica de los tratamientos psicológicos basados en la atención plena (mindfulness) para tratar síntomas asociados a los trastornos de ansiedad	grupo focal			programa de prevención de la depresión desarrollado, implementado y evaluado en escuelas de Puerto Rico	Presenta datos de una reducción importante de las puntuaciones BDI en pacientes con síntomas residuales de depresión que	https://www.repositorio.cebs.cs.cu/handle/document/2243082016.pdf					Artículo
65	Eficacia de los tratamientos psicológicos basados en mindfulness para los trastornos de ansiedad y depresión: una revisión sistemática	Miró, Perestelo, Pérez, Rivero, González, Fuente & Serrano		La efectividad de las terapias grupales se investigó en el Hospital Psiquiátrico "Yucatán" con pacientes adultos con depresión bajo tratamiento psicofarmacológico. Se utilizó un	La efectividad de las terapias grupales se investigó en el Hospital Psiquiátrico "Yucatán" con pacientes adultos con depresión bajo tratamiento psicofarmacológico. Se utilizó un	La efectividad de las terapias grupales se investigó en el Hospital Psiquiátrico "Yucatán" con pacientes adultos con depresión bajo tratamiento psicofarmacológico. Se utilizó un	La efectividad de las terapias grupales se investigó en el Hospital Psiquiátrico "Yucatán" con pacientes adultos con depresión bajo tratamiento psicofarmacológico. Se utilizó un	revisa la literatura existente sobre intervenciones psicológicas focalizadas en reducir la depresión y favorecer un vínculo madre-infante positivo desde el	Mindfulness, atención plena	Colaboró el grupo de trabajo de la clínica de los tratamientos psicológicos basados en la atención plena (mindfulness) para tratar síntomas asociados a los trastornos de ansiedad	Mindfulness, atención plena			Presenta datos de una reducción importante de las puntuaciones BDI en pacientes con síntomas residuales de depresión que	Presenta datos de una reducción importante de las puntuaciones BDI en pacientes con síntomas residuales de depresión que	http://e-spacio.uned.es/fez/set/vibiblu/ued/Psicopat/2011/16-1-1000/Documento.pdf					Artículo
66	efectividad de las terapias grupales en pacientes con depresión.	Canché		La efectividad de las terapias grupales se investigó en el Hospital Psiquiátrico "Yucatán" con pacientes adultos con depresión bajo tratamiento psicofarmacológico. Se utilizó un	La efectividad de las terapias grupales se investigó en el Hospital Psiquiátrico "Yucatán" con pacientes adultos con depresión bajo tratamiento psicofarmacológico. Se utilizó un	La efectividad de las terapias grupales se investigó en el Hospital Psiquiátrico "Yucatán" con pacientes adultos con depresión bajo tratamiento psicofarmacológico. Se utilizó un	La efectividad de las terapias grupales se investigó en el Hospital Psiquiátrico "Yucatán" con pacientes adultos con depresión bajo tratamiento psicofarmacológico. Se utilizó un	revisa la literatura existente sobre intervenciones psicológicas focalizadas en reducir la depresión y favorecer un vínculo madre-infante positivo desde el	grupo focal	Colaboró el grupo de trabajo de la clínica de los tratamientos psicológicos basados en la atención plena (mindfulness) para tratar síntomas asociados a los trastornos de ansiedad	grupo focal			Presenta datos de una reducción importante de las puntuaciones BDI en pacientes con síntomas residuales de depresión que	Presenta datos de una reducción importante de las puntuaciones BDI en pacientes con síntomas residuales de depresión que	http://revistacepic.com/index.php/revistaticle/view/7463					Artículo
67	Intervenciones psicológicas perinatales en depresión materna y vínculo madre-bebé: una revisión sistemática	Ollaberg, Escobar, San Cristóbal, Santelices, Farkas		La efectividad de las terapias grupales se investigó en el Hospital Psiquiátrico "Yucatán" con pacientes adultos con depresión bajo tratamiento psicofarmacológico. Se utilizó un	La efectividad de las terapias grupales se investigó en el Hospital Psiquiátrico "Yucatán" con pacientes adultos con depresión bajo tratamiento psicofarmacológico. Se utilizó un	La efectividad de las terapias grupales se investigó en el Hospital Psiquiátrico "Yucatán" con pacientes adultos con depresión bajo tratamiento psicofarmacológico. Se utilizó un	La efectividad de las terapias grupales se investigó en el Hospital Psiquiátrico "Yucatán" con pacientes adultos con depresión bajo tratamiento psicofarmacológico. Se utilizó un	revisa la literatura existente sobre intervenciones psicológicas focalizadas en reducir la depresión y favorecer un vínculo madre-infante positivo desde el	Masajes terapéuticos	Colaboró el grupo de trabajo de la clínica de los tratamientos psicológicos basados en la atención plena (mindfulness) para tratar síntomas asociados a los trastornos de ansiedad	Masajes terapéuticos			Presenta datos de una reducción importante de las puntuaciones BDI en pacientes con síntomas residuales de depresión que	Presenta datos de una reducción importante de las puntuaciones BDI en pacientes con síntomas residuales de depresión que	https://scielo.conicet.gov.ar/scielo.php?pid=S0770-48082013000200011script=sci_arttext&lng=en					Artículo
68	FICHA 17. Hipnosis clínica y psicoterapia: Una propuesta integrativa para el tratamiento de la depresión unipolar	Lanfranco		La efectividad de las terapias grupales se investigó en el Hospital Psiquiátrico "Yucatán" con pacientes adultos con depresión bajo tratamiento psicofarmacológico. Se utilizó un	La efectividad de las terapias grupales se investigó en el Hospital Psiquiátrico "Yucatán" con pacientes adultos con depresión bajo tratamiento psicofarmacológico. Se utilizó un	La efectividad de las terapias grupales se investigó en el Hospital Psiquiátrico "Yucatán" con pacientes adultos con depresión bajo tratamiento psicofarmacológico. Se utilizó un	La efectividad de las terapias grupales se investigó en el Hospital Psiquiátrico "Yucatán" con pacientes adultos con depresión bajo tratamiento psicofarmacológico. Se utilizó un	revisa la literatura existente sobre intervenciones psicológicas focalizadas en reducir la depresión y favorecer un vínculo madre-infante positivo desde el	hipnosis	Colaboró el grupo de trabajo de la clínica de los tratamientos psicológicos basados en la atención plena (mindfulness) para tratar síntomas asociados a los trastornos de ansiedad	hipnosis			Presenta datos de una reducción importante de las puntuaciones BDI en pacientes con síntomas residuales de depresión que	Presenta datos de una reducción importante de las puntuaciones BDI en pacientes con síntomas residuales de depresión que	https://www.repositorio.cebs.cs.cu/handle/document/2243082016.pdf					Artículo
69	FICHA 18. Terapia de grupo para la depresión en adultos mayores	Pacururu, Anchundia, & Astudillo.		La efectividad de las terapias grupales se investigó en el Hospital Psiquiátrico "Yucatán" con pacientes adultos con depresión bajo tratamiento psicofarmacológico. Se utilizó un	La efectividad de las terapias grupales se investigó en el Hospital Psiquiátrico "Yucatán" con pacientes adultos con depresión bajo tratamiento psicofarmacológico. Se utilizó un	La efectividad de las terapias grupales se investigó en el Hospital Psiquiátrico "Yucatán" con pacientes adultos con depresión bajo tratamiento psicofarmacológico. Se utilizó un	La efectividad de las terapias grupales se investigó en el Hospital Psiquiátrico "Yucatán" con pacientes adultos con depresión bajo tratamiento psicofarmacológico. Se utilizó un	revisa la literatura existente sobre intervenciones psicológicas focalizadas en reducir la depresión y favorecer un vínculo madre-infante positivo desde el	autoconocimiento, espejo, rol playing, silla vacía, carta cerrada, visualización y relajación muscular, terapia de la risa, cierre de heridas y poder neuronal	Colaboró el grupo de trabajo de la clínica de los tratamientos psicológicos basados en la atención plena (mindfulness) para tratar síntomas asociados a los trastornos de ansiedad	autoconocimiento, espejo, rol playing, silla vacía, carta cerrada, visualización y relajación muscular, terapia de la risa, cierre de heridas y poder neuronal			Presenta datos de una reducción importante de las puntuaciones BDI en pacientes con síntomas residuales de depresión que	Presenta datos de una reducción importante de las puntuaciones BDI en pacientes con síntomas residuales de depresión que	http://dspace.usay.edu.ec/bitstream/dspace/384/1/12546.pdf					Artículo
70		Pinto		La efectividad de las terapias grupales se investigó en el Hospital Psiquiátrico "Yucatán" con pacientes adultos con depresión bajo tratamiento psicofarmacológico. Se utilizó un	La efectividad de las terapias grupales se investigó en el Hospital Psiquiátrico "Yucatán" con pacientes adultos con depresión bajo tratamiento psicofarmacológico. Se utilizó un	La efectividad de las terapias grupales se investigó en el Hospital Psiquiátrico "Yucatán" con pacientes adultos con depresión bajo tratamiento psicofarmacológico. Se utilizó un	La efectividad de las terapias grupales se investigó en el Hospital Psiquiátrico "Yucatán" con pacientes adultos con depresión bajo tratamiento psicofarmacológico. Se utilizó un	revisa la literatura existente sobre intervenciones psicológicas focalizadas en reducir la depresión y favorecer un vínculo madre-infante positivo desde el	Evaluaciones psicológicas	Colaboró el grupo de trabajo de la clínica de los tratamientos psicológicos basados en la atención plena (mindfulness) para tratar síntomas asociados a los trastornos de ansiedad	Evaluaciones psicológicas			Presenta datos de una reducción importante de las puntuaciones BDI en pacientes con síntomas residuales de depresión que	Presenta datos de una reducción importante de las puntuaciones BDI en pacientes con síntomas residuales de depresión que	https://www.redalp.org/articulo.oa?id=46164646006					Artículo

Anexo 8

Análisis categorial

Categoría: Técnicas clínicas dadas una perspectiva de psicología cognitivo conductual	
Tipo	Artículo
técnicas	de grupo dadas de actividades, Mindfulness
Título del documento:	La activación conductual (AC) y la terapia de activación conductual para la depresión (TACD)
Datos bibliográficos (norma APA 6ta edición):	Barnaa, J. 2009, p.4. Recuperado de: http://psicologia.uce.edu.ve/informacion/09_060_120204714C_0001413_gdf09quanaad
objetivos	Comparar los dos protocolos desarrollados para la intervención (AC y TACD), a fin de comparar el tiempo en común y su divergencia.
Resumen del texto:	La terapia de activación conductual ha demostrado en poco tiempo su gran utilidad para el tratamiento de la depresión. Al menos uno de los protocolos (el de la AC) se considera ya un tratamiento probablemente eficaz y se ha incluido en los manuales más prestigiosos de intervención psicológica.
conclusiones	La terapia de activación conductual ha demostrado en poco tiempo su gran utilidad para el tratamiento de la depresión. Al menos uno de los protocolos (el de la AC) se considera ya un tratamiento probablemente eficaz y se ha incluido en los manuales más prestigiosos de intervención psicológica.
Palabras clave:	Activación Conductual, Terapia de Activación Conductual para la Depresión, Tratamiento Conductual, Depresión.

Ficha de recolección de información. 2	
Categoría: Técnicas clínicas dadas una perspectiva de psicología cognitivo conductual	
Tipo	Artículo
técnicas	de grupo dadas de actividades
Título del documento:	Tratamiento de activación conductual para la depresión (TACD). Descripción, Metas y aplicación
Datos bibliográficos (norma APA 6ta edición):	Barnaa, J. 2010, p.1. Recuperado de: http://psicologia.uce.edu.ve/informacion/10_060_120204714C_0001413_gdf10quanaad
objetivos	Explicar el tratamiento de activación conductual para la depresión
Resumen del texto:	Tratamiento de Activación Conductual para

Palabras clave:	activación, depresión en adolescentes, grupo de intervención.
-----------------	---

Ficha de recolección de información. 4	
Categoría: Técnicas clínicas dadas una perspectiva de psicología humanista	
Tipo	Artículo
técnicas	Bioclima
Título del documento:	Bioclima psicodinámico: una forma de diagnóstico y tratamiento para la depresión.
Datos bibliográficos (norma APA 6ta edición):	Comas-Forgas, R. 2013, p.1. Recuperado de: http://psicologia.uce.edu.ve/informacion/13_060_120204714C_0001413_gdf13quanaad
objetivos	Indicar el sistema teórico, técnico y metodológico del abordaje psicodinámico, como modelo diagnóstico y psicoterapéutico y sus aplicaciones específicas en los trastornos de alta prevalencia en la actualidad, como son los trastornos depresivos.
Resumen del texto:	El presente artículo es una reflexión psicoanalítica, técnica y metodológica del abordaje psicodinámico, como modelo diagnóstico y psicoterapéutico y sus aplicaciones específicas en los trastornos de alta prevalencia en la actualidad, como son los trastornos depresivos. En el sistema teórico, se hace una reflexión de los diversos puntos fundamentales del psicoanálisis. En lo técnico se analiza el psicoanálisis como un modelo que posee diversas herramientas conceptuales que se aplican en la práctica clínica, como matriz, hora y ritmo, asociación libre de la forma de entender y de saber. Finalmente, se exponen dos investigaciones con depresión, realizadas a través de los procesos de formación del Estado del Centro de Estudios de Bioclima de Chile.
conclusiones	Finalmente vemos analítico específico de la depresión que ha definido sus límites y es capaz de medir la capacidad de respuesta afectiva, cognitiva y conductual a la vida o a la pena, quedando en duda la posibilidad de conciencia y capacidad de integración. En otro aspecto el psicoanálisis en ciertos etapas de la depresión posee técnicas más actuales que podrían ser aplicadas.
Palabras clave:	Bioclima, Depresión, Bioclima de Grupo, Diagnóstico.

	La Depresión (TACD) es un modelo de intervención muy estructurado que se fundamenta en principios de aprendizaje elemental (reforzamiento positivo, ley de generalización) en técnicas humanistas (por ejemplo, de actividades, reforzamiento contingente, contrato conductual)
conclusiones	El TACD es un ejemplo paradigmático de que cuando las intervenciones en una poca tienen buenos resultados, antes de recurrir a un conjunto amplio de ellas, se comprometen a probar la eficacia, incluso cuando es altamente difícil como es la depresión.
Palabras clave:	Tratamiento de Activación Conductual para la Depresión, Activación Conductual, Depresión, Terapia de Conducta.

Ficha de recolección de información. 3	
Categoría: Técnicas clínicas dadas una perspectiva de psicología cognitivo conductual	
Tipo	Artículo
técnicas	Talleres educativos
Título del documento:	Activación y bienestar psíquico: Eficacia de un modelo de intervención para mejorar la autoestima y disminuir los síntomas de depresión
Datos bibliográficos (norma APA 6ta edición):	Bernal, V., M. Rosillo, J. Tor, J. 2010. Recuperado de http://www.digpe.org/pdf/232/23218111002.pdf
objetivos	Evaluar la eficacia de los talleres que ofrece el programa META anal fortalecimiento de la autoestima de adolescentes y jóvenes adultos.
Resumen del texto:	En la investigación con el propósito de evaluar la eficacia de los talleres que ofrece el programa META anal fortalecimiento de la autoestima de adolescentes y jóvenes adultos, se analizaron sus
conclusiones	Conocer los puntos psicodinámicos basados en la evidencia permite a los psicólogos analizar a la conducta humana compleja: la literatura concuerda con los métodos de dichas investigaciones y aplicar las intervenciones con mayor conciencia a los participantes de los talleres que ofrecen.

Ficha de recolección de información. 5	
Categoría: Técnicas clínicas dadas una perspectiva de psicología humanista	
Tipo	Libro
técnicas	Activación plena
Título del documento:	Terapia Narrativa basada en la activación plena para la depresión.
Datos bibliográficos (norma APA 6ta edición):	Lima, A. Rodríguez, E. 2012. Recuperado de: http://books.google.com/books?id=8d4mZmZw
objetivos	Conocer la importancia equiparacional a la capacidad que tenemos como seres humanos para construir historias.
Resumen del texto:	Después de muchos años de observación participativa en la clínica de salud mental, los autores de este libro, proponen describir lo que es una historia aprendida y teorizado acerca de la observación propia. De ahí, dando una observación participativa en la clínica, parte de la propuesta de intervención psicoterapéutica que presentamos.
conclusiones	Lo que se busca de los autores es presentar diagnósticos con depresión.
Palabras clave:	Depresión, terapia, intervención.

Ficha de recolección de información. 6	
Categoría: Técnicas clínicas nuevas	
Tipo	Artículo
técnicas	Ejercicios físicos
Título del documento:	Influencia del ejercicio físico en los síntomas depresivos y en la salud funcional de los ancianos analizados de Brasil
Datos bibliográficos (norma APA 6ta edición):	Botega, L. Ferrillo, E. Pasaduma, G. Zappalá, M. 2010. Recuperado de: http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0111392009003721

objetivos	Verificar la influencia del ejercicio físico en los síntomas depresivos y en la calidad funcional de ancianos participantes en un programa de ejercicio físico, realizado en los centros de salud de Florianópolis, Brasil.
Resumen del estudio:	Se pretende identificar la influencia que tiene el ejercicio físico en los adultos mayores, para ello se selecciona a más de 118 ancianos (101 mujeres y 17 hombres) con el fin de someterlos al tratamiento por el tiempo máximo de un año y tres meses, evaluando sus períodos post-tratamiento. Se pudo a través de 3 evaluaciones. Fueron utilizados: Cuestionario Depresión de Beck (BDI-II), International Physical Activity Questionnaire (IPAQ) y batería de exámenes físicos, propuestos por la American Alliance for Health, Physical Education, Recreation and Dance (AAHPERD).
Conclusiones	En acuerdo con los resultados obtenidos, se observó una influencia positiva del ejercicio físico en la reducción de los síntomas depresivos y en la mejora de la calidad funcional, sugiriendo una intervención a corto y largo plazo.
Palabras clave:	Ejercicio físico, síntomas, Depresión, intervención.

objetivos	primero desagradable (preocupación, ansiedad, insatisfacción...) hasta de un concepto de valores, en lugar de tratar de controlarlo.
Palabras clave:	Florianópolis, Atención Primaria, Compromiso, ACT, Valores.

Ficha de recolección de información. 7	
Categoría:	Técnicas clínicas en salud
Tipo	Artículo
técnicas	intervenciones
Título del documento:	Aplicación de la terapia de aceptación y compromiso en pacientes con fibromialgia: una experiencia clínica
Fecha de publicación (norma APA 6ta edición)	Humbolt, F. E. y Martínez, L. M. (2013). Recuperado de: http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=593742
objetivos	La Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT) se presenta como una alternativa, ya que pone énfasis en la aceptación de la discapacidad a experimentar dolor y síntomas primarios desagradables (preocupación, ansiedad, insatisfacción...) hasta de un concepto de valores, en lugar de tratar de controlarlo.
Resumen del estudio:	La fibromialgia es un trastorno con una elevada prevalencia en población general, lo que la convierte en uno de los problemas más prevalentes que sufren las mujeres. El objetivo de los tratamientos médicos y psicológicos convencionales ha sido reducir el dolor y mejorar la funcionalidad de la persona, aunque no han demostrado tener una elevada eficacia.
Conclusiones	La Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT) se presenta como una alternativa, ya que pone énfasis en la aceptación de la discapacidad a experimentar dolor y síntomas

Ficha de recolección de información. 8	
Categoría:	Técnicas clínicas desde una perspectiva de psico terapia cognitivo conductual
Tipo	Trabajo de grado.
técnicas	Técnicas de modificación
Título del documento:	Intervención cognitivo conductual en casos de depresión mayor no tratada.
Fecha de publicación (norma APA 6ta edición)	Barral, J. (2014). Recuperado de: http://pauca.unl.edu.ar/bitstream/handle/1000/69914/1/20140720/Barral%20J%20Estr%201402014.pdf
objetivos	Analizar los síntomas depresivos que sufren los pacientes y la medida de su grado de gravedad para determinar si algún tratamiento farmacológico sería necesario.
Resumen del estudio:	Se muestra la intervención en el caso de una mujer de 54 años que presenta un trastorno depresivo mayor no tratado que ha sido a causa de un trauma traumático. Los objetivos que se han planteado son disminuir los síntomas depresivos que sufren a consecuencia del trauma y ayudar a que vuelva a tener un nivel de desempeño similar al que tenía antes del acontecimiento traumático. Los instrumentos que se han utilizado han sido una entrevista semiestructurada, el inventario de depresión de Beck-II (BDI-II) escala de depresión de Hamilton (HAM-D) versión piloto del grado de malestar, versión piloto de actitudes positivas y versión piloto de autoeficacia. El tratamiento aplicado fue de tipo cognitivo conductual con técnicas de modificación, intervención cognitivo conductual, inclusión del paciente en la lista de prioridades.
Conclusiones	Analizar los síntomas depresivos que sufren los pacientes y la medida de su grado de gravedad para determinar si algún tratamiento farmacológico sería necesario.
Palabras clave:	Trastorno depresivo mayor no tratado, intervención cognitivo conductual, inclusión del paciente, modificación cognitiva, experimentación caso único, caso clínico.

Ficha de recolección de información. 9	
Categoría:	Técnicas clínicas en salud
Tipo	Artículo
técnicas	Psico terapia analítica
Título del documento:	LA DEFENSIÓN: ETIOLOGÍA Y TRATAMIENTO
Fecha de publicación (norma APA 6ta edición)	Bo part II 2012. Recuperado de: http://www.sadgale.org/pdfs/639/24179002.pdf
objetivos	Conocer la influencia de la terapia psicoanalítica en la depresión.
Resumen del estudio:	La depresión es un trastorno del humor que afecta la calidad de vida de una persona. Los síntomas de depresión se caracterizan por sentimientos de tristeza, pérdida de interés por las actividades que se realizaban, una pérdida de peso o aumento de peso, cambios de sueño, pérdida de energía, sentimientos de culpa, pensamientos de muerte o suicidio. Aunque el tratamiento farmacológico de depresión puede proporcionar una mejora de los síntomas, la psicoterapia analítica actúa sobre la dimensión personal del trastorno.
Conclusiones	El grupo se lo convirtió al psicoanálisis. El grupo que no se convirtió no se convirtió. Fue un grupo mixto con una alta participación de la mujer, una mayoría de pacientes de la zona urbana que se convirtió al psicoanálisis. El estudio simbólico del grupo, en la psicoterapia analítica, no debe ser el valor de la participación del terapeuta del consultorio, sino el nivel transaccional como en la comunicación.
Palabras clave:	Depresión, analítico, psicoterapia analítica.

objetivos	Comparar el efecto de tres programas de intervención que se aplican a una población en la actualidad, como son Mindfulness, Tachikyo y el sistema de ansiedad y depresión de una muestra de estudiantes universitarios.
Resumen del estudio:	En el presente estudio se comparó el efecto de tres programas de intervención que se aplican a una población en la actualidad, como son Mindfulness, Tachikyo y el sistema de ansiedad y depresión de una muestra de estudiantes universitarios. En concreto, se aplicó a los participantes el cuestionario de ansiedad y depresión de Mindfulness y el grupo control Tachikyo y se midió la ansiedad y depresión antes y después de la intervención. Los resultados mostraron que los tres programas de intervención redujeron la ansiedad y depresión de los participantes. El grupo control Mindfulness y el grupo de Mindfulness y Tachikyo no mostraron diferencias significativas en la ansiedad, mientras que los programas de intervención Mindfulness y Tachikyo mostraron una reducción de la ansiedad y depresión. El estudio simbólico del grupo, en la psicoterapia analítica, no debe ser el valor de la participación del terapeuta del consultorio, sino el nivel transaccional como en la comunicación.
Conclusiones	Los resultados reflejados en los tres procedimientos experimentales fueron efectivos en algunos de los variables evaluados y el grupo control donde no se observó una disminución en los síntomas, incluso se observó un aumento de la ansiedad y depresión. Este resultado conlleva que ha sido importante demostrar, entre otros, la intervención Mindfulness y Tachikyo en el nivel de calidad de vida de las personas en comparación con quienes no realizaron estas prácticas.
Palabras clave:	Intervención Mindfulness, ansiedad, estrés, ansiedad, depresión.

Ficha de recolección de información. 10	
Categoría:	Técnicas clínicas desde una perspectiva de psico terapia humanista
Tipo	Artículo
técnicas	Mindfulness, Tachikyo
Título del documento:	Efecto de intervenciones Mindfulness sobre los niveles de ansiedad, estrés y depresión en enfermos de cáncer de colon: un estudio controlado
Fecha de publicación (norma APA 6ta edición)	Aquino, J. E. y cols. (2014). Recuperado de: http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0963982914000734_Efecto_de_intervenciones

Ficha de recolección de información. 11	
Categoría:	Técnicas clínicas desde una perspectiva de psico terapia humanista
Tipo	Artículo
técnicas	Reducción de intervenciones cognitivas, habilidades de comunicación, resolución de problemas.
Título del documento:	Intervención de la depresión en enfermos de colon: un estudio controlado
Fecha de publicación (norma APA 6ta edición)	Sanchez, M. y cols. (2014). Recuperado de: http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0963982914000734
objetivos	Evaluar los programas de intervención de la depresión en enfermos de colon.

	que explican la depresión, los cambios que ocurren al recuperarse, los roles que explican al recuperarse, la relación entre estos roles y los roles de género y la depresión, además de tener una buena medida sobre algunos de los roles de género en el estudio. El tipo de estudio que se utilizó fue un experimento cuasiexperimental, usando una muestra de 17 mujeres y 17 hombres y con una población total de 34 sujetos mayores.
Conclusiones:	Concluimos que el trabajo con el rol de mayor una experiencia muy gratificante y significativa ya que dejó un aprendizaje bastante significativo sobre la manera en que uno, piensa y vive el rol de mayor.
Palabras clave:	

Ficha de recolección de información. 37	
Categoría:	Temas clínicos desde una perspectiva de psicoanálisis o psico conductual
Tipo:	
Técnica:	
Título del documento:	Evaluación conducto ambulatorio, ansiedad y depresión en adolescentes, una guía práctica desde el modelo Conductual
Fecha bibliográfica: (norma APA 6ta edición)	http://011.19.222.59/04/temas/033/03311881.pdf
Objetos:	evaluación de la conducta en adolescentes, ansiedad y depresión.
Resumen del texto:	Se define a los trastornos como conductas anómalas que causan un daño físico a la persona que lo padece, sintomática de causar la misma, se fundamenta la presente investigación en la medida de la conducta de manera cuantitativa por medio de escalas de medición, de como trascurre el estado de un sujeto evaluado con un nivel de ansiedad y depresión de 12 a 17 años de edad. El estudio se realizó en la Escuela de Psicología y Conducta Ambulatorio (EPCA), el momento de ansiedad y depresión de 12 años. En los resultados concluímos es evidente que la depresión se asoció directamente con los conductos ambulatorios con (p= 0,00) con un porcentaje de 74,14% en los resultados concluímos la estructura familiar de funcional problema en la práctica de conductos ambulatorios
Conclusiones:	En el estudio se expone una guía de intervención que sirve para tratar a los problemas.
Palabras clave:	

Ficha de recolección de información. 38	
Categoría:	Temas clínicos nuevos
Tipo:	
Técnica:	
Título del documento:	Efecto del uso de valores educativos para el manejo de pacientes con síndrome de depresión familiar
Fecha bibliográfica: (norma APA 6ta edición)	
Objetos:	Evaluación del uso de valores educativos en el manejo de pacientes con síndrome de depresión familiar, uso de valores educativos en el manejo de síndrome de depresión familiar.
Resumen del texto:	El estudio se realizó en la Universidad de la familia en el manejo de pacientes con síndrome de depresión familiar, se evaluó el uso de valores educativos en el manejo de síndrome de depresión familiar.
Conclusiones:	Los resultados muestran que los valores educativos en el manejo de pacientes con síndrome de depresión familiar, se evaluó el uso de valores educativos en el manejo de síndrome de depresión familiar, se evaluó el uso de valores educativos en el manejo de síndrome de depresión familiar.
Palabras clave:	

Ficha de recolección de información. 39	
Categoría:	Temas clínicos desde una perspectiva de psicoanálisis humanista
Tipo:	
Técnica:	
Título del documento:	Impacto del rol de los padres en el manejo de la ansiedad y depresión
Fecha bibliográfica: (norma APA 6ta edición)	http://011.19.222.59/04/temas/033/03311881.pdf
Objetos:	Evaluación y análisis de la práctica del rol de los padres en el manejo de la ansiedad y depresión.

A1	Título																										
A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V						
94		Pinto		colegio como Trastorno de Déficit Atencional y sugiere apoyo psicopedagógico externo.					presenciaron los efectos negativos a los deberes, baja la tensión entre ambos		Evaluaciones psicológicas																
95	Terapia Breve y Depresión Infantil (Estudio de Caso)																										
96																											
97	Terapia cognitiva - conductual (TCC) como tratamiento para la depresión: una revisión del estado del arte	Puerta & Padilla		La terapia cognitivo - conductual (TCC) se ha transformado en una de las estrategias por excelencia de tipo no farmacológico para el tratamiento de la depresión.					Brinda una visión general de las técnicas centrales que los teóricos de la TCC espusieron a través de los últimos 50 años, y que se han estado implementando para el abordaje		Terapia cognitivo- conductual																
98																											
99																											
100																											
101																											
102	Tratamiento cognitivo-conductual en depresión mayor, distimia e ideación autolítica persistente.	Sanz & Rosique		En el siguiente artículo se presenta una aplicación de las técnicas procedentes de la terapia cognitivo-conductual en un caso de depresión mayor, distimia e ideación.					Aplicar diferentes técnicas para reducir la sintomatología de depresión		Parada de pensamientos y reestructuración cognitiva																
103																											
104																											
105																											
106																											
107	Aplicación de la terapia grupal con enfoque humanista a adolescentes con síntomas de Depresión hijos de padres migrantes en la Unidad Educativa Física Mixta Central de la Inmaculada	Ramos		Propone la disminución de la depresión en adolescentes hijos de padres migrantes en la Unidad Educativa Física Mixta Central de la Inmaculada					Reducir la depresión en adolescentes		terapia grupal																
108																											
109																											
110																											
111																											
112																											
113	Diseño de una propuesta de intervención grupal para pacientes diagnosticados de depresión mayor	Richart		La depresión es un trastorno cada vez más común en la sociedad actual, constituyendo la población psiquiátrica más habitual. A fin de disminuir la constante					Modificar creencias disfuncionales, favoreciendo la adopción de un pensamiento adaptativo.		Inventario de depresión de Beck-II, Escala de Actitudes Disfuncionales, Escala de Desesperanza, Inventario de incapacidad de Sheehan, Autoconcepto, Índice de auto																
114																											
115																											
116																											
117	FICHA 23 Intervención psicológica en adultos mayores con depresión	Fernández		Los cambios biológicos, sociológicos, económicos y sociales que se observan durante el envejecimiento conllevan a pensar que en los ancianos existe una serie de factores que favorecen la aparición de una depresión					evaluar la efectividad de una intervención psicológica para disminuir la depresión en adultos mayores de la Casa de abuelos "Dr. Diego Tamayo Escobar" de Dumbo Pará		modelo Cognitivo- Conductual de Beck																
118																											
119																											
120																											
121																											
122	Tratamiento multimodal de niños y adolescentes con depresión	Ulloa, De la Peña & Nogales		El trastorno de depresión (TD) en niños y adolescentes es un trastorno común y discapacitante, a menudo recurrente, que persiste hasta la edad adulta y se ha asociado a disfunción					Evaluar la efectividad de una intervención multimodal para disminuir la depresión en niños y adolescentes con depresión		Terapia interpersonal basada en la psicoeducación																
123																											
124																											
125																											
126																											

Hoja1

Clipboard Font Alignment Number Styles Cells

A1	Título																										
A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V						
148	Exploración e identificación de emociones a través de técnicas de la terapia enfocada en emociones en un caso con depresión mayor	Borja & Vinuesa		emocionaria, vas aus y mala valoración, acude a consulta debido a la disfuncionalidad que le está causando la depresión en varios aspectos de su vida.					pronuncia características y factores de éxito mediante la aplicación de técnicas psicoterapéuticas de la Terapia Enfocada en Emociones para		Focusing, silla vacía, aceptación de las emociones, relajación muscular																
149																											
150																											
151																											
152	Aplicación de terapia grupal desde la perspectiva humanista, en pacientes de consulta externa con trastorno depresivos, atendidos en el Centro de Reposo y Adicciones C.R.A.	Palacios & Sánchez		La presente investigación propone el diseño y aplicación de un dispositivo de terapia grupal para pacientes con depresión que acuden a la consulta externa en el Centro de Reposo y Adicciones C.R.A. Surge a partir de la demanda de los pacientes de					Trabaja desde la terapia grupal diferentes aspectos para reducir los síntomas de depresión		darse cuenta, juego de roles, silla vacía, exageración de síntomas																
153																											
154																											
155																											
156																											
157	propuesta psicoterapéutica enfocada en la aplicación de técnicas cognitivo conductuales para reestructurar distorsiones cognitivas en la depresión en un caso de divorcio	Fernández		la depresión es un estado emocional complejo por su severidad, se estima que un tercio de población sufre depresión alguna vez en su vida.					Identificar la influencia de los componentes cognitivos, afectivos, motivacionales, conductuales y fisiológicos		registro de pensamiento, relación																
158																											
159																											
160																											
161																											
162	FICHA 31 Meditación, Mindfulness y sus efectos biopsicosociales. Revisión de la literatura.	Sanchez		Se encuentran múltiples evidencias sobre los beneficios de estas prácticas en el bienestar general, estados emocionales disfuncionales, procesos cognitivos					presentar evidencias recientes sobre los efectos biopsicosociales de la meditación, mindfulness y algunas otras técnicas que		mindfulness																
163																											
164																											
165																											
166																											
167	Aplicación de la terapia cognitiva para tratar depresión en una ama de casa	Córdoba		Esta investigación propone el diseño de un Proceso Terapéutico, basado en la Terapia Cognitiva para la depresión de Aaron Beck, misma que plantea en su primera fase manejar y modificar los pensamientos automáticos que					manejar y modificar los pensamientos automáticos, así como desarrollar nuevas habilidades cognitivas-conductuales		registro de pensamiento, parada de pensamiento, juego de roles, asignación de tareas graduales																
168																											
169																											
170																											
171																											
172	Entrenamiento en estrategias cognitivo-conductuales de afrontamiento de los síntomas depresivos para aumentar niveles de adherencia al tratamiento en pacientes con insuficiencia renal crónica de la Unidad Renal Diálisis de la ciudad de Iloilo	Quintana		La presente investigación propone el diseño de un dispositivo de terapia grupal para pacientes con depresión que acuden a la consulta externa en el Centro de Reposo y Adicciones C.R.A. Surge a partir de la demanda de los pacientes de					Disminuir los síntomas depresivos y mejorar el nivel de adherencia al tratamiento		registro de pensamientos																
173																											
174																											
175																											
176																											
177																											
178	Tratamiento cognitivo conductual de la depresión, un análisis de caso	Hernandez		La presente investigación propone el diseño de un dispositivo de terapia grupal para pacientes con depresión que acuden a la consulta externa en el Centro de Reposo y Adicciones C.R.A. Surge a partir de la demanda de los pacientes de					Disminuir las manifestaciones de la depresión en una madre con un hijo discapacitado, por medio del		registro de pensamientos																
179																											
180																											

Hoja1