

Intervenciones de psicología positiva en el manejo de enfermedades crónicas: una revisión sistemática de ensayos clínicos aleatorizados (RCTS).

Ponieman, Micaela, Sarudiansky, Mercedes y Gerbaudo, María Agostina.

Cita:

Ponieman, Micaela, Sarudiansky, Mercedes y Gerbaudo, María Agostina (2025). *Intervenciones de psicología positiva en el manejo de enfermedades crónicas: una revisión sistemática de ensayos clínicos aleatorizados (RCTS)*. XVII Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. XXXII Jornadas de Investigación XXI Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. VII Encuentro de Investigación de Terapia Ocupacional. VII Encuentro de Musicoterapia. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires. Dirección estable: <https://www.aacademica.org/000-004/632>

ARK: <https://n2t.net/ark:/13683/eNDN/vKp>

INTERVENCIONES DE PSICOLOGÍA POSITIVA EN EL MANEJO DE ENFERMEDADES CRÓNICAS: UNA REVISIÓN SISTEMÁTICA DE ENSAYOS CLÍNICOS ALEATORIZADOS (RCTS)

Ponieman, Micaela; Sarudiansky, Mercedes; Gerbaudo, María Agustina
Universidad de Buenos Aires. Buenos Aires, Argentina.

RESUMEN

El objetivo de esta revisión fue analizar ensayos clínicos aleatorizados (RCTs) sobre intervenciones basadas en Psicología Positiva (IPP) en personas con enfermedades crónicas (EC) y describir las principales variables estudiadas. Las EC representan el 75% de las muertes globales y su manejo implica desafíos físicos y psicológicos que afectan la salud mental. A pesar de ello, los sistemas sanitarios tienden a priorizar enfermedades agudas. Las IPP, centradas en promover emociones positivas, fortalezas y relaciones saludables, ofrecen una alternativa enfocada en el bienestar. Se realizó una revisión sistemática siguiendo PRISMA 2020 (PROSPERO: CRD42024626879), incluyendo RCTs con adultos (=18 años) diagnosticados con EC. Se identificaron 24 estudios a través de bases de datos como PubMed, ScienceDirect, LILACS y SciELO. Las IPP aplicadas incluyeron técnicas como gratitud, saboreo, fortalezas personales y visualización positiva. La mayoría fueron intervenciones individuales (54.2%) o grupales (41.7%). Las principales condiciones abordadas fueron dolor crónico, enfermedades cardiovasculares, neurológicas, cáncer de mama, diabetes tipo 2 y VIH. Las variables más estudiadas incluyeron depresión, ansiedad, fortalezas personales y bienestar. Los resultados sugieren un potencial terapéutico de las IPP en el tratamiento integral de las enfermedades crónicas.

Palabras clave

Psicología positiva - Enfermedad crónica - Revisión sistemática - Bienestar

ABSTRACT

POSITIVE PSYCHOLOGY INTERVENTIONS IN THE MANAGEMENT OF CHRONIC DISEASES: A SYSTEMATIC REVIEW OF RANDOMIZED CONTROLLED TRIALS (RCTS)

The aim of this review was to analyze randomized controlled trials (RCTs) on Positive Psychology Interventions (PPIs) in individuals with chronic diseases (CDs) and to describe the main variables studied. CDs account for 75% of global deaths and their management involves physical and psychological challenges that impact mental health. Despite their prevalence, healthcare systems often prioritize acute conditions over comprehensive

chronic care. PPIs, which focus on fostering positive emotions, strengths, and healthy relationships, offer a well-being-centered approach. A systematic review was conducted following PRISMA 2020 guidelines (PROSPERO: CRD42024626879), including RCTs with adults (=18 years) diagnosed with CDs. A total of 24 studies were identified through databases such as PubMed, ScienceDirect, LILACS, and SciELO. The PPIs included techniques such as gratitude, savoring, personal strengths, and positive visualization. Most interventions were individual (54.2%) or group-based (41.7%). The main conditions addressed were chronic pain, cardiovascular and neurological diseases, breast cancer, type 2 diabetes, and HIV. The most frequently assessed variables were depression, anxiety, personal strengths, and well-being. The findings suggest therapeutic potential for PPIs in the comprehensive management of chronic diseases.

Keywords

Positive psychology - Chronic disease - Systematic review - Well-being

BIBLIOGRAFÍA

- American Psychological Association. (2010). Chronic illness and mental health. <https://www.apa.org/topics/chronic-illness/cronicas>
- Ham, C. (2010). The ten characteristics of the high-performing chronic care system. *Health economics, policy and law*, 5(1). 71-90. <https://doi.org/10.1017/S1744133109990120>
- Moussavi, S., Chatterji, S., Verdes, E., Tandon, A., Patel, V., & Ustun, B. (2007). Depression, chronic diseases, and decrements in health: results from the World Health Surveys. *The lancet*, 370(9590). 851-858. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(07\)61415-9](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(07)61415-9)
- Rothman, A. A., & Wagner, E. H. (2003). Chronic illness management: what is the role of primary care?. *Annals of Internal Medicine*, 138(3). 256-261. <https://doi.org/10.7326/0003-4819-138-3-2003-02040-0003>
- Seligman, M. E. P., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55(1). 5-14.
- Seligman, M. E. P., Steen, T. A., Park, N., & Peterson, C. (2005). Positive psychology progress: Empirical validation of interventions. *American Psychologist*, 60(5). 410-421.



United Nations. (2010). *Enfermedades relacionadas con el estilo de vida: Una carga económica para los servicios de salud*. Naciones Unidas. <https://www.un.org/es/chronicle/article/enfermedades-relacionadascon-el-estilo-de-vida-una-carga-economica-para-los-servicios-de-salud>

World Health Organization (WHO). (2024). *Noncommunicable diseases: Key facts*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/non-communicable-diseases>