

XV Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. XXX Jornadas de Investigación. XIX Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. V Encuentro de Investigación de Terapia Ocupacional V Encuentro de Musicoterapia. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires, 2023.

# **Psicología de la salud. Revisión de la efectividad del modelo cognitivo-conductual para la mejoría de los pacientes con enfermedades crónicas.**

Aguiar, Karen, Alonso, Maria Florencia, Brancatisano, Sabrina, Cesan, Marianela, Fischer, Romina, Regner, Florencia y Rosales, Ma. Guadalupe.

Cita:

Aguiar, Karen, Alonso, Maria Florencia, Brancatisano, Sabrina, Cesan, Marianela, Fischer, Romina, Regner, Florencia y Rosales, Ma. Guadalupe (2023). *Psicología de la salud. Revisión de la efectividad del modelo cognitivo-conductual para la mejoría de los pacientes con enfermedades crónicas. XV Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. XXX Jornadas de Investigación. XIX Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. V Encuentro de Investigación de Terapia Ocupacional V Encuentro de Musicoterapia. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.*

Dirección estable: <https://www.aacademica.org/000-009/633>

ARK: <https://n2t.net/ark:/13683/ebes/fdy>

*Acta Académica es un proyecto académico sin fines de lucro enmarcado en la iniciativa de acceso abierto. Acta Académica fue creado para facilitar a investigadores de todo el mundo el compartir su producción académica. Para crear un perfil gratuitamente o acceder a otros trabajos visite: <https://www.aacademica.org>.*

# PSICOLOGÍA DE LA SALUD. REVISIÓN DE LA EFECTIVIDAD DEL MODELO COGNITIVO-CONDUCTUAL PARA LA MEJORÍA DE LOS PACIENTES CON ENFERMEDADES CRÓNICAS

Aguiar, Karen; Alonso, Maria Florencia; Brancatisano, Sabrina; Cesan, Marianela; Fischer, Romina; Regner, Florencia; Rosales, Ma. Guadalupe  
Universidad de Buenos Aires. Facultad de Psicología. Buenos Aires, Argentina.

## RESUMEN

La Psicología de la Salud es la disciplina que contribuye con la promoción y mantenimiento de la salud, así como la prevención y el tratamiento de la enfermedad (Matarazzo, 1980). Aplica los principios, técnicas y conocimientos científicos para la evaluación, el diagnóstico y el tratamiento orientado a mejorar los patrones de comportamientos, hábitos, actitudes y creencias (Torres y Beltrán, 1986). El objetivo de este trabajo es presentar evidencia actualizada acerca de la efectividad del modelo cognitivo conductual, en sus diversos tratamientos, en personas con enfermedades crónicas (metabólicas, gastrointestinales, dolor crónico, cardio-respiratorias, neuro-otología, renales, ginecológicas, enfermedades extrañas, entre otras). Metodología: Se seleccionaron revisiones sistemáticas, meta-análisis y RCTs publicados entre 2013 y 2023 mediante procesadores de búsqueda. Se incluyeron un total de  $n = 32$  estudios. Resultados: los tratamientos cognitivos-conductuales (TCC) demostraron mejoría en indicadores de sintomatología psiquiátrica (ansiedad, depresión), adherencia al tratamiento, cambio de procesos cognitivos disfuncionales (catastrofización, pensamientos negativos), sintomatología orgánica (fatiga, severidad), percepción del dolor y calidad de vida relacionada a la salud en las personas con enfermedades crónicas (cambios de hábitos, aceptación del diagnóstico, discapacidad). Conclusión: la evidencia demuestra que los TCC fueron efectivos en diversas patologías crónicas en un abordaje multicomponente-interdisciplinario.

## Palabras clave

Psicología de la Salud - Terapia Cognitiva Conductual - Enfermedades Crónicas - Efectividad

## ABSTRACT

HEALTH PSYCHOLOGY. REVIEW THE EFFECTIVENESS OF THE COGNITIVE-BEHAVIORAL MODEL FOR THE IMPROVEMENT OF PATIENTS WITH CHRONIC DISEASES

Health psychology is the discipline that contributes to the promotion and maintenance of health, as well as the prevention and treatment of disease. Applies scientific principles, techniques and knowledge for the evaluation, diagnosis and treat-

ment aimed at improving behavioral patterns, habits, attitudes and beliefs (Torres y Beltrán, 1986). The purpose of the present study is to present updated evidence about the effectiveness of the cognitive behavioral model, in its various treatments, in people with chronic diseases (metabolic, gastrointestinal, chronic pain, cardio-respiratory, neuro-otology, renal, gynecologic, foreign diseases, among others). Methods: Systematic reviews, meta-analyses, and RCTs published between 2013 and 2023 were selected using search processors. A total of  $N = 32$  studies were included. Results: Cognitive-behavioral treatments (CBT) showed improvement in indicators of psychiatric symptomatology (anxiety, depression), adherence to treatment, change of dysfunctional cognitive processes (catastrophizing, negative thoughts), organic symptomatology (fatigue, severity), pain perception and health-related quality of life in people with chronic diseases (habits changes, acceptance of diagnosis, disability). Conclusion: the evidence shows that CBT was effective in several chronic pathologies in a multicomponent-interdisciplinary approach.

## Keywords

Health Psychology - Chronic disease - Cognitive Behavioral Therapy - Effectiveness

## BIBLIOGRAFÍA

- Aazh, H., Landgrebe, M., Danesh, A. A., & Moore, B. C. (2019). Cognitive Behavioral Therapy For Alleviating The Distress Caused By Tinnitus, Hyperacusis And Misophonia: Current Perspectives. *Psychology Research and Behavior Management, Volume 12*. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S179138>
- Aazh, H., Taylor, L., Danesh, A. A., & Moore, B. C. J. (2023). The Effectiveness of Unguided Internet-Based Cognitive Behavioral Therapy for Tinnitus for Patients with Tinnitus Alone or Combined with Hyperacusis and/or Misophonia: A Preliminary Analysis. *Journal of the American Academy of Audiology*. <https://doi.org/10.1055/a-2087-0262>
- Arancibia M., M., & Papuzinski A., C. (2022). Aproximaciones psicoterapéuticas para el manejo del tinnitus crónico no pulsátil. *Revista de Otorrinolaringología y Cirugía de Cabeza y Cuello, 82*(3). <https://doi.org/10.4067/s0718-48162022000300398>

- Ballou, S., & Keefer, L. (2017). Psychological Interventions for Irritable Bowel Syndrome and Inflammatory Bowel Diseases. *Clinical and Translational Gastroenterology*, 8(1). <https://doi.org/10.1038/ctg.2016.69>
- Bernard, P., Romain, A.-J., Caudroit, J., Chevance, G., Carayol, M., Gourlan, M., Needham Dancause, K., & Moulec, G. (2018). Cognitive behavior therapy combined with exercise for adults with chronic diseases: Systematic review and meta-analysis. *Health Psychology*, 37(5). <https://doi.org/10.1037/hea0000578>
- Canals, P., Pérez del Valle, B., Lopez, F., & Marco, A. (2016). La eficacia del tratamiento individual de los acúfenos subjetivos con terapia cognitiva-conductual. *Acta Otorrinolaringológica Española*, 67(4). <https://doi.org/10.1016/j.otorri.2015.05.003>
- Celleri, M., Koutsovitis, F., Donatti, S., Ierache, J., Zaragoza, J., Domínguez, N., Merlino, H., & Garay, C. J. (2022). Digestivamente: Aplicación móvil para pacientes con Síndrome de Intestino Irritable. *Vertex Revista Argentina de Psiquiatría*, 33(158). <https://doi.org/10.53680/vertex.v33i158.317>
- Dear, B. F., Fogliati, V. J., Fogliati, R., Gandy, M., McDonald, S., Talley, N., Holtmann, G., Titov, N., & Jones, M. (2018). Transdiagnostic internet-delivered cognitive-behaviour therapy (CBT) for adults with functional gastrointestinal disorders (FGID): A feasibility open trial. *Journal of Psychosomatic Research*, 108. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychores.2018.02.015>
- Friedman, D., Kaskas, M. M., Quittner, A. L., Smith, B. A., & Georgiopoulos, A. M. (2022). Patient engagement in the development of CF-CBT: A cystic fibrosis-specific cognitive-behavioral intervention for adults. *Frontiers in Psychology*, 13, 937189. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.937189>
- Fuller, T., Cima, R., Langguth, B., Mazurek, B., Vlaeyen, J. W., & Hoare, D. J. (2020). Cognitive behavioural therapy for tinnitus. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, 2020(1). <https://doi.org/10.1002/14651858.CD012614.pub2>
- González, M. A. (2014). Dolor crónico y psicología: actualización. *Revista Médica Clínica Las Condes*, 25(4). [https://doi.org/10.1016/S0716-8640\(14\)70081-1](https://doi.org/10.1016/S0716-8640(14)70081-1)
- González Pinto, O. (2015). *Efecto de la aplicación de la terapia cognitivo conductual en los niveles de depresión de los enfermos renales crónicos terminales atendidos en la Unidad de Hemodiálisis de la Policlínica Dr. Horacio Díaz Gómez de la ciudad de Santiago de Veraguas. Maestría thesis, Universidad de Panamá. Vicerrectoría de Investigación y Postgrado.* <https://up-rid.up.ac.pa/967/>
- Hajihassani, A., Rouhani, M., Salavati, M., Hedayati, R., & Kahlaee, A. H. (2019). The Influence of Cognitive Behavioral Therapy on Pain, Quality of Life, and Depression in Patients Receiving Physical Therapy for Chronic Low Back Pain: A Systematic Review. *PM&R*, 11(2). <https://doi.org/10.1016/j.pmrj.2018.09.029>
- Instituto Mexicano del Seguro Social. (2015). *Diagnóstico y Tratamiento de Vulvodinia en los Tres Niveles de Atención México*: Instituto Mexicano del Seguro Social. <http://www.cenetec.salud.gob.mx/interior/catalogoMaestroGPC.html>
- Jaramillo Rivera, I., Vásquez Betancur, S., Palacio Arango, V., Bedoya Rodríguez, M. J., Sotomayor Quirama, D., Franco Hincapié, L., & Castillo Bustamante, M. (2023). Tinnitus: una revisión narrativa. *Medicina UPB*, 42(1). <https://doi.org/10.18566/medupb.v42n1.a09>
- Knoerl, R., Lavoie Smith, E. M., & Weisberg, J. (2016). Chronic Pain and Cognitive Behavioral Therapy. *Western Journal of Nursing Research*, 38(5). <https://doi.org/10.1177/0193945915615869>
- Lam Flores, S. L. (2018). Efectividad del programa cognitivo conductual del estrés y control metabólico en pacientes diabéticos tipo II en un Hospital, Chimbote. In *CONOCIMIENTO PARA EL DESARROLLO* (Vol. 9, Issue 1, pp. 97-104). <https://revista.usanpedro.edu.pe/index.php/CPD/article/view/319>
- Lara-Acosta, E. M., & Pérez-Pedraza, B. de los Á. (2023). Intervención cognitivo-conductual en línea para mejorar el estilo de vida en la diabetes mellitus tipo II. *Psicología y Salud*, 33(2). <https://doi.org/10.25009/pys.v33i2.2823>
- Lazaridou, A., Kim, J., Cahalan, C. M., Loggia, M. L., Franceschelli, O., Berna, C., Schur, P., Napadow, V., & Edwards, R. R. (2017). Effects of Cognitive-Behavioral Therapy (CBT) on Brain Connectivity Supporting Catastrophizing in Fibromyalgia. *The Clinical Journal of Pain*, 33(3). <https://doi.org/10.1097/AJP.0000000000000422>
- Lindström, S., & Kvist, L. J. (2015). Treatment of Provoked Vulvodynia in a Swedish cohort using desensitization exercises and cognitive behavioral therapy. *BMC Women's Health*, 15(1). <https://doi.org/10.1186/s12905-015-0265-3>
- Ma, R.-C., Yin, Y.-Y., Wang, Y.-Q., Liu, X., & Xie, J. (2020). Effectiveness of cognitive behavioural therapy for chronic obstructive pulmonary disease patients: A systematic review and meta-analysis. *Complementary Therapies in Clinical Practice*, 38. <https://doi.org/10.1016/j.ctcp.2019.101071>
- Matarazzo, J. D. (1980). Behavioral health and behavioral medicine: Frontiers for a new health psychology. *American Psychologist*, 35, 807-817.
- Monforte San Román, M. M. (2022). Acúfenos: tratamientos actuales y perspectivas terapéuticas. Revisión bibliográfica [Universidad Católica de Valencia San Vicente Mártir]. <https://riucv.ucv.es/bitstream/handle/20.500.12466/2795/AC%c3%9aFENOS.%20TRATAMIENTOS%20ACTUALES%20Y%20PERSPECTIVAS%20TERAP%c3%89UTICAS.%20REVISI%c3%93N%20BIBLIOGR%c3%81FICA.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Mora Romo, J. F. (2022). Adherencia al tratamiento en personas con diabetes mellitus tipo 2 en México. *Psicumex*, 12. <https://doi.org/10.36793/psicumex.v12i1.493>
- Núñez Salazar, E. (2014). Efectos de una intervención cognitivo conductual para manejo del estrés en pacientes con insuficiencia renal crónica en un programa de diálisis peritoneal intermitente. <https://www.universidad-justosierra.edu.mx/wp-content/uploads/2018/11/EURYTHMIE-Vol.-1-No.-1-Julio-Diciembre-2014.pdf#page=64>

- Quintana Silva, K. S. (2016). *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*. <https://dspace.ups.edu.ec/bitstream/123456789/13268/1/UPS-QT10323.pdf>
- Ramírez Moreno, J., Prieto Rivera, J., Lora Fálquez, J., B. A. J., Gonzales Marín, N., & Ramírez Moreno, O. (2023). Eficacia de la terapia de re-entrenamiento en pacientes adultos con tinnitus: revisión sistemática de la literatura. *ACTA DE OTORRINOLARINGOLOGÍA & CIRUGÍA DE CABEZA Y CUELLO*, 51(1), 58 -70., 51(1), 58-70.
- Rodas Flores, D., & Gómez Contreras, M. L. (2022). Terapia Cognitivo Conductual, Diabetes y Depresión. Una Revisión Bibliográfica. *Killkana Social*, 6(2). <https://doi.org/10.26871/killkanasocial.v6i2.882>
- Rosales, M.G. (2023). *Rumiación y Metacognición en sujetos con Dolor Crónico*. [Tesis de Doctorado. Facultad de Psicología, Universidad de Buenos Aires]. Argentina.
- Rosales, M.G., Martini, S., D'Alessandro, F., Koutsovitis, F., Colombo, M.C., Donatti, S., Ramos, M.B. y Garay, C.J. (2014). Dolor crónico: el rol de la terapia cognitivo conductual en el tratamiento combinado. VI Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XXI Jornadas de Investigación Décimo Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires. <https://www.aacademica.org/000-035/196>
- Till, S. R., As-Sanie, S., & Schrepf, A. (2019). *Dolor Pelviano crónico "Psychology of Chronic Pelvic Pain: Prevalence, Neurobiological Vulnerabilities, and Treatment"*. [http://aacog.com.ar/images/Dolor\\_cronico\\_pelviano\\_Actualizacion.pdf](http://aacog.com.ar/images/Dolor_cronico_pelviano_Actualizacion.pdf)
- Torres, I. y Beltrán, F. J. (1996). *La Psicología de la Salud: campos y aplicaciones*. Xalapa, México: Universidad Veracruzana
- Turner, J. A., Anderson, M. L., Balderson, B. H., Cook, A. J., Sherman, K. J., & Cherkin, D. C. (2016). Mindfulness-based stress reduction and cognitive behavioral therapy for chronic low back pain: similar effects on mindfulness, catastrophizing, self-efficacy, and acceptance in a randomized controlled trial. *Pain*, 157(11). <https://doi.org/10.1097/j.pain.0000000000000635>
- Urits, I., Callan, J., Moore, W. C., Fuller, M. C., Renschler, J. S., Fisher, P., Jung, J. W., Hasoon, J., Eskander, J., Kaye, A. D., & Viswanath, O. (2020). Cognitive behavioral therapy for the treatment of chronic pelvic pain. *Best Practice & Research Clinical Anaesthesiology*, 34(3). <https://doi.org/10.1016/j.bpa.2020.08.001>
- Winter, L., Naumann, F., Olsson, K., Fuge, J., Hoeper, M. M., & Kahl, K. G. (2020). Metacognitive therapy for adjustment disorder in a patient with newly diagnosed pulmonary arterial hypertension: a case report. *Frontiers in Psychology*, 11, 143. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00143>