

# Terapia cognitiva-conductual disminuye síntomas de depresión en jóvenes con diabetes <sup>[1]</sup>

Enviado el 30 enero 2015 - 10:27am

*Este artículo es reproducido por CienciaPR con permiso de la fuente original.*

## Calificación:



No

## Contribución de CienciaPR:

Comunicado de Prensa

## Fuente Original:

UPR-RP

## Por:



Jóvenes participan de terapia grupal en investigación de la UPR Río Piedras  
*Resultados preliminares de una investigación de la UPR busca comprobar la eficacia de dicha terapia*

Según datos preliminares de una investigación realizada por el Instituto de Investigación Psicológica (IPsi) de la Universidad de Puerto Rico, Recinto de Río Piedras (UPR-RP), jóvenes con diabetes tipo 1 y depresión, han logrado disminuir significativamente sus síntomas de ansiedad, tristeza y desánimo, a través de un tratamiento conocido como la terapia cognitiva-conductual.

En la primera etapa del proyecto de investigación titulado “Eficacia Absoluta y Relativa de la Terapia Cognitiva-Conductual para la Depresión (TCCD) en Adolescentes Latinos/as con Diabetes Tipo 1”, mejor conocido como Proyecto Diabetes y Depresión II, los jóvenes han reportado disminuciones significativas en sus síntomas de depresión y ansiedad, en los pensamientos suicidas, en su visión negativa sobre su futuro y en sus problemas de autoestima, explicó el investigador, Dr. Eduardo Cumba. Añadió que se han reportado aumentos significativos en su nivel de confianza para manejar la depresión y la diabetes, así como en la calidad de vida que experimentan.

Los padres o encargados han indicado que han visto reducirse en los jóvenes su agresividad y otros problemas de conducta, su nivel de aislamiento social y de otras dificultades

interpersonales ligadas a la depresión, así como los obstáculos que estos experimentan para seguir las recomendaciones del tratamiento de la diabetes, dijo.

Este proyecto pretende evaluar la viabilidad y eficacia inicial de la terapia cognitiva-conductual para disminuir los síntomas de depresión y fomentar un mejor cumplimiento con el tratamiento de la diabetes en los participantes. La terapia ha sido adaptada tomando en cuenta las situaciones y preocupaciones que enfrentan quienes presentan diabetes tipo 1, especialmente durante la adolescencia y la relación que se ha observado entre presentar esta condición y la sintomatología depresiva.

Aunque aún falta mucha información por recopilar y analizar, los datos preliminares del estudio son alentadores, expresó el doctor Cumba. En general, el nivel de aceptación y satisfacción de los participantes con la terapia ha sido muy alto.

El IPsi inició un último período de reclutamiento para este estudio. En el mismo podrán participar jóvenes residentes de Puerto Rico con un diagnóstico de diabetes tipo 1, que tengan entre 12 a 17 años y presenten síntomas de depresión.

Las terapias se llevan a cabo en formato grupal y tienen una duración de 14 semanas, en sesiones de dos horas. Se evalúa periódicamente a los participantes para medir su progreso hasta finalizar el tratamiento. También se realizan evaluaciones de seguimiento 3 y 6 meses después de concluida la terapia.

Las terapias se ofrecen los sábados en las instalaciones del IPsi en Río Piedras, durante un horario diurno acordado previamente con las familias. Los servicios son gratuitos y reciben un incentivo aquellos participantes que completan las evaluaciones realizadas antes, durante y después del tratamiento.

Para completar una solicitud de participación pueden comunicarse al  [\(787\) 764-0000 extensión 7883](tel:(787)764-0000) <sup>[2]</sup> o al  [787-310-9686](tel:787-310-9686) <sup>[3]</sup>. Para más información acerca del estudio también pueden comunicarse a las direcciones de correo electrónico [ecumba@ipsi.uprrp.edu](mailto:ecumba@ipsi.uprrp.edu) <sup>[4]</sup> o [diabetesdepresionii@gmail.com](mailto:diabetesdepresionii@gmail.com) <sup>[5]</sup>.

El proyecto es financiado por el Instituto Nacional de Diabetes, Enfermedades Digestivas y Renales de los Estados Unidos.

###

### **Proyecto de investigación titulado “Eficacia Absoluta y Relativa de la Terapia Cognitiva-Conductual para Adolescentes Latinos/as con Diabetes Tipo 1 y Depresión”**

Se enfoca en tres áreas importantes, a saber: los pensamientos, las actividades y las relaciones interpersonales. A través de ejercicios interactivos, discusiones grupales sobre los temas de la terapia, e intercambio de experiencias entre los miembros del grupo, la terapia ayuda a los participantes a entender cómo cada una de estas tres áreas se relaciona con su estado de ánimo depresivo. También les ayuda a entender cómo dichas áreas y la depresión misma afectan su salud. En las sesiones comparten y aprenden estrategias efectivas para manejar la depresión a través de la reducción de los pensamientos negativos, una mayor participación en actividades agradables y el desarrollo de mejores destrezas de comunicación efectiva, entre otras

estrategias.

**Tags:**

- [UPRRP](#) [6]
- [IPsi](#) [7]
- [NIH](#) [8]

**Categorías de Contenido:**

- [Ciencias Sociales](#) [9]
- [K-12](#) [10]
- [Subgraduados](#) [11]
- [Graduates](#) [12]
- [Postdocs](#) [13]
- [Educadores](#) [14]

---

**Source URL:** <https://www.cienciapr.org/es/external-news/terapia-cognitiva-conductual-disminuye-sintomas-de-depresion-en-jovenes-con-diabetes>

#### Links

[1] <https://www.cienciapr.org/es/external-news/terapia-cognitiva-conductual-disminuye-sintomas-de-depresion-en-jovenes-con-diabetes> [2] tel:%28787%29%20764-0000%20extensi%C3%B3n%207883 [3] tel:787-310-9686 [4] <mailto:ecumba@ipsi.uprrp.edu> [5] <mailto:diabetesdepressionii@gmail.com> [6] <https://www.cienciapr.org/es/tags/uprrp> [7] <https://www.cienciapr.org/es/tags/ipsi> [8] <https://www.cienciapr.org/es/tags/nih> [9] <https://www.cienciapr.org/es/categorias-de-contenido/social-sciences-0> [10] <https://www.cienciapr.org/es/categorias-de-contenido/k-12-0> [11] <https://www.cienciapr.org/es/categorias-de-contenido/undergraduates-0> [12] <https://www.cienciapr.org/es/categorias-de-contenido/graduates-0> [13] <https://www.cienciapr.org/es/categorias-de-contenido/postdocs-0> [14] <https://www.cienciapr.org/es/categorias-de-contenido/educators-0>