

## Índice

<b>Resumen.....</b>	<b>6</b>
<b>I. INTRODUCCIÓN .....</b>	<b>7</b>
<b>II. DISCUSIÓN BIBLIOGRÁFICA .....</b>	<b>10</b>
2.1 DEPRESIÓN.....	10
2.1.1 Factores de riesgo en Depresión. ....	15
<b>2.1.2 Ansiedad y Depresión. ....</b>	<b>15</b>
2.2 TRATAMIENTO DE LA DEPRESIÓN .....	16
2.2.1 Intervención de la Depresión con la Terapia Cognitivo-Conductual.....	17
2.2.3 Evidencia de la Terapia Cognitivo Conductual (TCC) .....	21
2.2.4 Adherencia al tratamiento .....	22
2.2.5 La terapia cognitivo conductual post-desastres.....	24
2.2.6 Terapia Humanista (TH) .....	25
2.3 TERAPIA COGNITIVO CONDUCTUAL CON ELEMENTOS HUMANISTAS PARA LA DEPRESIÓN MODERADA (TCCEHD).....	31
<b>III. OBJETIVOS.....</b>	<b>41</b>
3.1 OBJETIVO GENERAL.....	41
3.2 OBJETIVOS ESPECIFICOS.....	41
3.3 HIPÓTESIS.....	42
<b>IV. METODOLOGÍA.....</b>	<b>43</b>
4.1 PARTICIPANTES .....	43
4.2 DISEÑO Y PROCEDIMIENTO .....	45
4.3- INSTRUMENTOS Y VARIABLES .....	48
<b>Variable Dependiente 1 “Depresión Moderada” .....</b>	<b>48</b>
<b>Variable dependiente 2 “Ansiedad” .....</b>	<b>48</b>
<b>Factor o Variable Independiente “Momento entre mediciones” .....</b>	<b>49</b>

<b>Variable dependiente 3 “Asistencia al tratamiento”</b> .....	49
4.4 PLAN DE ANÁLISIS.....	49
<b>V. RESULTADOS</b> .....	<b>51</b>
<b>VI. DISCUSIÓN</b> .....	<b>61</b>
<b>VII. REFERENCIAS</b> .....	<b>72</b>
<b>VIII. ANEXOS</b> .....	<b>78</b>
Anexo 1-. Escala de depresión y ansiedad de Goldberg: Escala E.A.D.G. ....	79
Anexo 2-. Libro de actividades del participante (para la casa) .....	80
Anexo 3-. Material utilizado .....	82
Anexo 4-. Estadísticos realizados .....	90
Anexo 5-. Guía de Terapia Cognitivo Conductual con elementos Humanista para personas con Depresión .....	106