

**EFFECTIVIDAD DE LA TERAPIA COGNITIVO MODIFICADA CON ELEMENTOS
HUMANISTAS EN EL TRATAMIENTO DE LA DEPRESIÓN MODERADA DE UN CESFAM
DE LA REGION DEL MAULE (TCCEHD)**

**VIVIANA ELENA CARVAJAL ARAVENA
PSICOLOGO SOCIAL CON MENCIÓN EN PSICOLOGIA CLINICA**

RESUMEN

La Terapia Cognitivo Conductual (TCC) es una alternativa efectiva para aminorar la sintomatología en Depresión (D) y patologías asociadas como la Ansiedad (A). En esta investigación, buscamos evidenciar su efectividad en un grupo de 4 mujeres diagnosticadas con Depresión Moderada (DM) usuarias de un Centro de Salud Familiar (CESFAM) de la Región del Maule. Para esto, utilizamos como estructura de trabajo el Manual Terapia Cognitivo Conductual Post Desastre (TCCPD) modificado para ser aplicado en DM. Además, incorporamos elementos de las Terapias Humanistas (TH). Obtuvimos así una modificación que llamamos Terapia Cognitivo Conductual con Elementos Humanistas para Depresión (TCCEHD).

Dado el pequeño tamaño muestral, optamos por un diseño longitudinal con una medición antes de la aplicación del tratamiento, una medición inmediatamente después de terminar su aplicación y una medición 3 meses después del tratamiento. Analizamos tanto al grupo como a cada uno de los participantes por separado; en este último caso, el diseño corresponde a uno del tipo experimental de caso único.

Los principales resultados muestran que los síntomas de DM disminuyen significativamente manteniéndose en el tiempo. Sin embargo, en el caso de la A, existe una tendencia a la disminución de síntomas, pero a medida que pasa el tiempo, algunos de ellos vuelven a presentarse. Además, se obtiene una alta tasa de adherencia al tratamiento (87.5%). Lo anterior, permite considerar a la TCCEHD como herramienta efectiva en el tratamiento de DM.

Palabras claves: Depresión moderada, Ansiedad, Terapia Cognitivo Conductual, Terapia Cognitivo Conductual Post Desastre, Adherencia al tratamiento, Efectividad terapéutica.