

# **Efectividad de la terapia de activación conductual para manejo de depresión y ansiedad en paciente diabético hospitalizado**

**Francis Lisbeth Caro Pacheco**  
Código estudiantil: 20122227565

**Diana Marcela Fuentes Ovalles**  
Código estudiantil: 2024116129505

Trabajo de Investigación presentado como requisito para optar el título de:  
**Especialista en Psicología clínica**

**Tutores:**  
**Cindy Johanna Rosales Ruiz**  
**Manuel Ernesto Riaño Garzón**

## **RESUMEN**

La terapia de activación conductual (TAC) ha demostrado ser una estrategia eficaz para el manejo de la depresión y la ansiedad en pacientes con enfermedades crónicas, como la diabetes mellitus. El presente estudio evaluó la presencia de síntomas de ansiedad y depresión en paciente con diabetes hospitalizado, diseñando una intervención basada en el modelo de Terapia Cognitivo Conductual, con un enfoque en la activación conductual (TAC) para disminuir los síntomas y mejorar su calidad de vida. Se encontró que el paciente, inicialmente evasivo al tratamiento e intervención, mostró progresivamente un mayor compromiso y adherencia a la intervención. La activación conductual le permitió retomar actividades placenteras, mejorar su bienestar emocional y fortalecer su manejo de la diabetes.

Estudios han demostrado que la TAC es tan efectiva como la terapia cognitivo-conductual en el tratamiento de la depresión, pero con la ventaja de ser más accesible y fácil de implementar en entornos clínicos. En pacientes diabéticos, se ha observado que la activación conductual no solo mejora el estado de ánimo, sino que también contribuye a un mejor control metabólico y reducción del estrés asociado a enfermedad.

En conclusión, la TAC permite el manejo de la depresión y la ansiedad en pacientes diabéticos hospitalizados. Su enfoque práctico y basado en la acción facilita una mejora en la salud mental y física, promoviendo una recuperación más efectiva y un mayor bienestar general. Integrar la terapia de activación conductual en la atención hospitalaria de pacientes diabéticos puede ser una estrategia clave para optimizar su tratamiento y calidad de vida.

**Palabras clave:** Terapia de activación conductual, diabetes, depresión, ansiedad, hospitalizado.

## ABSTRACT

Behavioral activation therapy (BAT) has proven to be an effective strategy for the management of depression and anxiety in patients with chronic diseases, such as diabetes mellitus. The present study evaluated the presence of anxiety and depression symptoms in hospitalized patients with diabetes, designing an intervention based on the Cognitive Behavioral Therapy model, with a focus on behavioral activation (BAT) to reduce symptoms and improve their quality of life. It was found that the patient, initially evasive to treatment and intervention, progressively showed greater commitment and adherence to the intervention. Behavioral activation allowed him to resume pleasurable activities, improve his emotional well-being and strengthen his management of diabetes.

Studies have shown that BAT is as effective as cognitive behavioral therapy in the treatment of depression, but with the advantage of being more accessible and easy to implement in clinical settings. In diabetic patients, it has been observed that behavioral activation not only improves mood, but also contributes to better metabolic control and reduction of stress associated with the disease.

In conclusion, BAT enables the management of depression and anxiety in hospitalized diabetic patients. Its practical, action-based approach facilitates improved mental and physical health, promoting more effective recovery and greater overall well-being. Integrating behavioral activation therapy into the hospital care of diabetic patients may be a key strategy to optimize their treatment and quality of life.

**Key Words:** Behavioral activation therapy, diabetes, depression, anxiety, hospitalized.

## REFERENCIAS

1. Accinelli, R. A., Arias, K. B., Leon-Abarca, J. A., López, L. M., & Saavedra, J. E. (2021). Frequency of depression and quality of life in patients with diabetes mellitus in public health facilities in metropolitan Lima. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 50(4), 243–251. <https://doi.org/10.1016/j.rcp.2020.01.006>
2. Barraca, J. (2010). Aplicación de la Activación Conductual en un Paciente con Sintomatología Depresiva. *Clínica y Salud*, 21(2), 183–197. <https://doi.org/10.5093/cl2010v21n2a7>
3. Bianchi, J., & Henao, Á. (2015). Behavioral activation and depression: Conceptualization, evidence and applications in Latin America. *Terapia Psicológica*, 33(2), 69–80. <https://doi.org/10.4067/S0718-48082015000200002>

4. Bianchi, J., & Muñoz A. (2014). Activación conductual: Revisión histórica, conceptual y empírica. *Psychologia. Avances de La Disciplina*, 8(2), 83–93. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=297232756006>
5. Instituto Nacional de salud. (2023, November 1). *Identificación de barreras de la depresión no atendida en Colombia y recomendaciones de política*. <https://www.ins.gov.co/Direcciones/ONS/publicaciones%20alternas/Policy%20Brief%20Identificaci%C3%B3n%20de%20barreras%20de%20la%20depresi%C3%B3n%20no%20atendida%20en%20Colombia%20y%20recomendaciones%20de%20pol%C3%ADtica.pdf>
6. Kanter, J. W., Busch, A. M., & Baruch, D. E. (2005). Toward a Comprehensive Functional Analysis of Depressive Behavior: Five Environmental Factors and a Possible Sixth and Seventh. *The Behavior Analyst Today*, 6, 65–81.
7. Maldonado-Avenidaño, N., Castro-Osorio, R., & Cardona-Gómez, P. (2023a). Psychometric Properties of the Beck Depression Inventory-II (BDI-II) in Colombian University Students. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 52, S51–S59. <https://doi.org/10.1016/j.rcp.2021.08.007>
8. Maldonado-Avenidaño, N., Castro-Osorio, R., & Cardona-Gómez, P. (2023b). Psychometric Properties of the Beck Depression Inventory-II (BDI-II) in Colombian University Students. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 52, S51–S59. <https://doi.org/10.1016/j.rcp.2021.08.007>
9. Muñoz Monterroza, D. I., & Arteaga Noriega, A. (2021). Ansiedad y depresión en pacientes hospitalizados con diabetes mellitus tipo 2. *Investigación En Enfermería: Imagen y Desarrollo*, 22. <https://doi.org/10.11144/javeriana.ie22.adph>
10. Sanchez Luis, Gomez Oscar, Hernandez Marlen, Diaz Nubia, Mejia Cinthya, Pastrana Modesto, Molina Ana, Aguilar Ruth, Ramos Andrea, & Mejia Frances. (2020). *Prevalencia y Caracterización de Trastornos de Ansiedad y Depresión en pacientes con Diabetes Mellitus tipo 2, Honduras*. 6(2), 42–52. <https://uhsalud.com/index.php/revhispano/article/view/426>
11. Sanz, J., Garcia - Vera, M. P., & Fortun, M. (2012). el "inventario de ansiedad de beck": propiedades psicometricas de la version española en pacientes con trastornos psicologicos. *Psicología Conductual*, 20, 563–583