

PLAN DE PSICOTERAPIA CON ENFOQUE COGNITIVO CONDUCTUAL PARA DISMINUIR SINTOMATOLOGÍA DEPRESIVA EN ADULTOS MAYORES.

Cognitive-behavioral psychotherapy plan to reduce depressive symptoms in older adults.

Recibido: 15/08/2025 – Revisado: 18/09/2025 - Publicado: 08901/2026

DOI: <https://doi.org/10.56124/ubm.v7i12.011>



ene - jun 2026
Vol. 7 - Núm. 12
e-ISSN 2600-6006

Carlos Ivan Mantuano Arteaga
<https://orcid.org/0009-0000-0606-3625>
cmantuano7863@utm.edu.ec
Universidad Técnica de Manabí, Ecuador

Ricardo Giniebra Urrea
<https://orcid.org/0000-0002-6102-8205>
ricardo.giniebra@utm.edu.ec
Universidad Técnica de Manabí, Ecuador



Resumen

Este estudio contribuye a la comprensión de los efectos emocionales del abandono familiar y subraya la importancia de diseñar programas de intervención que atiendan a las necesidades específicas de este grupo vulnerable. Tuvo como objetivo diseñar un plan de psicoterapia cognitivo- conductual (TCC) para reducir la sintomatología depresiva a consecuencia del abandono familiar en adultos mayores de la Fundación Social Cristo Rey. El estudio utilizó un enfoque mixto, de tipo descriptivo, con diseño no experimental, transeccional. La muestra estuvo conformada por 20 adultos mayores seleccionados a través de muestreo no probabilístico, por conveniencia. Se aplicó la Escala de Depresión Geriátrica de Yesavage para evaluar los niveles de depresión y se realizaron entrevistas semiestructuradas para explorar las percepciones de los participantes sobre su bienestar emocional y la influencia del abandono familiar. Los resultados revelaron que el 70% de los participantes mostraron síntomas de probable depresión y un 20% cumplió los criterios diagnósticos para depresión establecida. Los datos también indicaron una baja satisfacción con el apoyo familiar, lo que afectaba su bienestar emocional. Basado en estos hallazgos, se propuso un plan de TCC que aborda tanto el bienestar psicológico individual como familiar, buscando mitigar los efectos del abandono y promover una vida más activa y positiva para los adultos mayores.

Palabras clave: Adulto mayor; psicoterapia cognitivo- conductual; intervención psicológica; abandono familiar; sintomatología depresiva.

Abstract

This study contributes to the understanding of the emotional effects of family abandonment and underscores the importance of designing intervention programs that address the specific needs of this vulnerable group. Its objective was to design a cognitive-behavioral therapy (CBT) plan to reduce depressive symptomatology resulting from family abandonment in older adults at the Cristo Rey Social Foundation. The study used a mixed-methods, descriptive approach with a non-experimental, cross-sectional design. The sample consisted of 20 older adults selected through non-probabilistic convenience sampling. The Yesavage Geriatric Depression Scale was administered to assess depression levels, and semi-structured interviews were conducted to explore the participants' perceptions of their emotional well-being and the influence of family abandonment. The results revealed that 70% of the participants showed symptoms of probable depression, and 20% met the diagnostic criteria for established depression. The data also indicated low satisfaction with family support, which affected their emotional well-being. Based on these findings, a CBT plan was proposed that addresses both individual and family psychological well-being, seeking to mitigate the effects of abandonment and promote a more active and positive life for older adults.

keywords: Older adults; cognitive-behavioral psychotherapy; psychological intervention; family neglect; depressive symptoms.

Introducción

Desde un punto de vista fisiológico, según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2020), el envejecimiento es la acumulación de varios daños a niveles moleculares y celulares que llevan a un descenso gradual de las capacidades físicas y mentales, aumentando el riesgo de enfermedades. En esta etapa de vulnerabilidad, los adultos mayores, en ocasiones, deben enfrentarse a desafíos adicionales que afectan su bienestar psicológico, como la depresión, que suele surgir por la pérdida de apoyo emocional y social que anteriormente le proporcionaba su entorno familiar.

Este proceso de desatención responde a un fenómeno multifacético en el que se interrelacionan la disfuncionalidad en las dinámicas familiares y los roles asignados a cada miembro del núcleo familiar, así como factores sociales y estatales que exacerban las causas de este abandono (Ayala & Vera, 2022).

En Ecuador, la situación del adulto mayor es alarmante. Según el Instituto Nacional de Censo y Estadística (INEC, 2024), el número de adultos mayores en el país alcanza los 1.520.590 de estos, que representa el 9% del total de la población. Al menos el 22.6% de los hogares tienen un adulto mayor, mientras que un 18.2% de ellos vive solo; además, 6.066 viven en hogares colectivos y 108 se encuentran en situación de calle.

Variedad de estudios han explorado la depresión en adultos mayores, estableciendo una relación significativa entre esta condición y diversos factores, como la discapacidad, la soledad y el aislamiento social. A nivel global, por ejemplo, estudios realizados en China por Zhang et al. (2023), observaron que los adultos mayores con discapacidades físicas presentaban nodos de tristeza, preocupación y dificultad para relajarse, que se unían con síntomas como incapacidad para ponerse en marcha, nerviosismo- ansiedad y calidad de sueño.

En Cuba, Pomares et al. (2021) hallaron que incluso en el seno de familias funcionales, algunos adultos mayores pueden presentar síntomas asociados a depresión u otros trastornos mentales, lo que resalta la importancia de profundizar en factores que contribuyen a la aparición de estos trastornos en esta población, dado que, aunque la dinámica familiar puede influir en el estado emocional, no necesariamente actúa como un factor desencadenante directo. En Ecuador, los estudios reflejan una correlación más directa entre el abandono familiar y la depresión en esta población. Por ejemplo, Aucapiña et al. (2023) concluyen en su investigación que la mayoría de los adultos mayores encuestados viven solos, dependen de su propio cuidado, y muy pocos viven o reciben apoyo de sus familiares.

En una línea similar, López & Pincay (2024) demostraron que el abandono familiar tiene severos efectos sobre la salud mental del adulto mayor. A través del Test de Yesavage, se halló que el 24% de los participantes tienen síntomas claros de depresión, en tanto que un 36% presenta probabilidad de padecerla. De manera consistente, Flores & Yagual (2023) relevan también una

correlación significativa entre el abandono familiar y la depresión en este grupo etario, lo que sugiere que el abandono es un factor estresante, que contribuye al desarrollo de trastornos emocionales en los adultos mayores.

En este contexto, la Fundación Social Cristo Rey, cuyo enfoque principal es el cuidado diurno de los adultos mayores en condiciones de vulnerabilidad, ha identificado un aumento significativo en la incidencia de trastornos emocionales y mentales severos en este grupo, siendo estos problemas frecuentemente resultados del abandono familiar. Estas consecuencias psicológicas, que pueden incluir depresión, ansiedad, sentimientos de soledad y pérdida del sentido de vida, además de afectar su bienestar emocional, agravan sus condiciones de salud física, haciendo complejo la atención y el apoyo que requieren.

Por tanto, el objetivo de este estudio es diseñar un plan de psicoterapia con enfoque cognitivo conductual para disminuir sintomatología depresiva a consecuencia del abandono familiar en adultos mayores de la Fundación Social Cristo Rey durante el período 2025.

Abandono familiar y sus efectos emocionales en los adultos mayores.

Un entorno lleno de afecto, cuidado y apoyo es beneficioso para la salud; en cambio, en un contexto marcado por la indiferencia y el desapego genera sentimientos de abandono, lo que puede dar lugar a la depresión (Marín et al., 2022). En ese sentido, los adultos mayores suelen ser aislados y marginados, lo que provoca trastornos emocionales y resulta en un deterioro de su salud (Espinosa & Pazmiño, 2023).

El abandono familiar de adultos mayores es un problema social, que desde la perspectiva de Bustos et al. (2024) surge principalmente cuando estos no logran valerse por sí mismo y sus familias no asumen el papel de cuidado, ubicándolos en centros gerontológicos para ser atendidos.

En la edad avanzada las relaciones familiares son fundamentales, dado que aseguran el bienestar integral de las personas mayores, ofreciendo apoyo emocional, social y físico que incide en su calidad de vida. Según Macas (2023), la funcionalidad familiar ejerce un impacto inverso en la salud mental de los adultos mayores, lo que indica que, a medida que aumenta la funcionalidad familiar, se observa una reducción en niveles de ansiedad, depresión y estrés.

La mera transición hacia la etapa de la tercera edad, sin considerar las diversas variables sociodemográficas, puede provocar en las personas un sentimiento de abandono o una percepción de falta de apoyo (Cotrado & Huapaya, 2020). En el aislamiento, los adultos mayores se vuelven particularmente vulnerables e inseguros para satisfacer necesidades básicas, como el establecimiento de vínculos con otros. La percepción de abandono, tanto por parte de pares como de familiares, constituye un factor importante que contribuye al desarrollo de episodios depresivos en esta

población. (Aveiga & Cedeño, 2020; Lora & Clavijo, 2023). Desde un abordaje jurídico, los derechos de los adultos mayores se encuentran debidamente establecidos en el art. 38 de la Constitución de la República del Ecuador (2008), en donde se expone que el Estado establecerá políticas públicas y programas de atención dirigidos a la población adulta mayor, teniendo en cuenta las diversas realidades y necesidades de este grupo demográfico. Además, la Ley Orgánica de las Personas Adultas Mayores (2019), establece que se debe promover la eliminación de todas las formas de abandono, discriminación u odio hacia los adultos mayores.

En ese marco, es imperativo implementar estrategias efectivas para abordar la problemática del abandono familiar en los adultos mayores. Esto puede lograrse mediante el desarrollo de programas de apoyo emocional y social dirigidos a este grupo prioritario, así como iniciativas preventivas orientadas a los cuidadores y familiares involucrados (Flores & Yagual, 2023).

Generalmente, la calidad de vida de este grupo merma especialmente por la deficiente participación familiar, así como por la situación económica para requerida para cubrir sus necesidades (García et al., 2021). Enfrentan desafíos significativos debido a su exclusión de la población económicamente activa, lo que, sumado a sus condiciones físicas, restringe su acceso a oportunidades laborales adecuadas y, por ende, dificulta la mejora de su calidad de vida (Vera & Vera, 2023).

Enfoque cognitivo- conductual en el tratamiento de la depresión del adulto mayor.

La depresión es un trastorno del estado de ánimo caracterizado por la persistencia de sentimientos como tristeza, pérdida, ira o frustración, que pueden manifestarse durante parte del día o durante un periodo de dos semanas, interfiriendo así en las actividades cotidianas (Berger, 2024). En la población adulta mayor, la depresión es uno de los trastornos más prevalentes junto a la demencia, esta fluctúa en función del progreso socioeconómico de los países; como se podría inferir, es más común en naciones en vías de desarrollo (Calderón, 2018).

Varios son los factores que pueden contribuir al desarrollo de la depresión en los adultos mayores. Entre estos, se destaca el posible abandono familiar, la pérdida de seres queridos, las enfermedades crónicas, la exposición a situaciones de violencia y el consumo de sustancias psicoactivas (Chancasanampa & Gutierrez, 2022). A medida que las personas van avanzando en edad, consideran que se son menos útiles, que es más difícil comprender ciertas cosas, lo que los conduce hacia la depresión, que se convierte en un desencadenante más problemático. En estas circunstancias, el adulto mayor necesita apoyo, pero al no recibirlo lidia con sentimientos de soledad y tristeza.

De acuerdo con el Instituto Nacional de Envejecimiento de Estados Unidos (NIA, 2025), los adultos mayores que experimentan depresión pueden no manifestar la tristeza como síntoma predominante, sino más bien una disminución del

interés en diversas actividades. En este contexto, Werson et al. (2022) afirman que la Terapia Cognitivo- Conductual (TCC) es una de las modalidades terapéuticas más relevantes y efectivas en el abordaje de la depresión tanto en adultos como en adultos mayores.

Un objetivo clave la TCC estándar es ayudar al paciente a identificar patrones de pensamiento recurrentes y pocos productivos, al tiempo que fomenta el desarrollo de pensamientos que mejoren su estado de ánimo (Bilbrey et al., 2022). Aunque como considera Skosireva et al. (2025), la TCC debe ser mejorada para ser ofrecida a los pacientes que son adultos mayores, abordando así de manera efectiva sus necesidades y considerando el impacto de la edad en el aprendizaje.

La implementación de técnicas específicas dentro de la TCC, como la reevaluación cognitiva, también ha mostrado ser beneficiosa. Un estudio realizado por Preston et al. (2022) encontró que la reevaluación cognitiva contribuyó significativamente a la reducción de los síntomas de ansiedad y depresión en mujeres de edad avanzada, en comparación con sus contrapartes masculinos.

Además, a través de un meta análisis, Ciharova et al. (2021) concluyeron que tanto la reestructuración cognitiva y la TCC en su conjunto son intervenciones eficaces para tratar la depresión en los adultos mayores, superando la efectividad de otros tratamientos convencionales. Por otro lado, Rivadeneyra (2024) aplicó un programa de TCC para contribuir a la salud mental y optimización de autocontrol y síntomas depresivos en los adultos mayores, observando mediante un post test la eficacia del programa al reducir significativamente la depresión en este grupo.

Se puede deducir, en consecuencia, que este enfoque terapéutico resulta beneficioso para los adultos mayores que poseen la capacidad cognitiva necesaria para participar de manera activa en el procesamiento de la información involucrada. El estudio se desarrolló bajo un enfoque mixto, lo que ofrece una visión del fenómeno de estudio, complementando los datos numéricos con las experiencias individuales.

Metodología

El tipo de investigación fue de enfoque mixto y alcance descriptivo, con un diseño no experimental, transeccional. En ese marco, se observó, registró y describió las características, condiciones y fenómenos asociados a la depresión en el adulto mayor por abandono familiar, sin intervenir en las variables; por otra parte, el corte transversal, permitió que el estudio se efectuara en un periodo determinado.

Entre los métodos de investigación que se utilizaron, se encuentra el documental o bibliográfico, que permitió hallar información pertinente para brindarle sustento teórico al estudio. Así mismo, el método analítico- sintético descomprimió el fenómeno complejo del abandono familiar y sus consecuencias psicológicas en los adultos mayores, para luego integrar estos elementos y obtener una comprensión completa del problema y sus posibles

soluciones a través de la psicoterapia grupal.

El presente estudio incluyó una población de 50 adultos mayores vinculados a la Fundación Social Cristo Rey. A través de un muestreo no probabilístico por conveniencia, se seleccionaron 20 participantes, esto debido a que son quienes asisten con mayor regularidad a las actividades de la fundación; previamente, se les brindó información sobre la naturaleza del estudio y su carácter seguro.

El instrumento aplicado fue la Escala de Depresión Geriátrica de Yesavage (por sus siglas en inglés GDS), que demuestra contar con una sólida validez y confiabilidad para la evaluación de síntomas depresivos en la población anciana. Además del test se aplicó un ítem indirecto orientado a indagar respecto a la percepción del abandono familiar en los adultos mayores.

Posteriormente, se llevaron a cabo entrevistas semiestructuradas con siete adultos mayores, quienes aceptaron ser entrevistados con el objetivo de explorar las percepciones y experiencias de los adultos mayores sobre su bienestar emocional, especialmente relacionado con el abandono familiar.

Los datos cuantitativos fueron estructurados en una base de datos utilizando el software SPSS versión 25, lo que facilitó la generación de tablas y gráficos para el análisis de la depresión en la población de adultos mayores. Asimismo, las entrevistas realizadas fueron objeto de un proceso de categorización y codificación de las respuestas obtenidas, para lo cual se utilizó el programa Good Tape.

Respecto a la propuesta diseñada en función del diagnóstico, esta se valoró mediante criterio de especialistas, por lo que se contó

con tres psicólogos clínicos y dos geriatras. Entre los criterios de inclusión utilizados, los participantes debían contar con un máximo de cinco años de experiencia profesional y poseer un título de posgrado. Las valoraciones y aportaciones de los especialistas resultaron fundamentales para valorar la pertinencia y calidad de la propuesta.

Para dar inicio a este proceso, se envió una comunicación por correo electrónico a los especialistas designados, solicitándoles confirmar su participación voluntaria en la revisión. Asimismo, se adjuntó la matriz de evaluación basada en una escala de Likert, que va de 1, interpretado como “muy en desacuerdo”, a 5, correspondiente a “muy de acuerdo”. Los aspectos a evaluar en la propuesta incluían la apariencia, el contenido, el criterio del investigador y el constructo teórico.

La mayoría de los especialistas calificaron estos ámbitos entre “muy de acuerdo” y “de acuerdo”, realizando observaciones que permitieron realizar ajustes en determinadas sesiones y actividades propuestas.

Resultados

Con el fin de contextualizar a la población estudiada, se ha determinado estadísticamente que, entre los adultos mayores participantes de la Fundación Social Cristo Rey, predomina el género femenino. Asimismo, la mayoría de los participantes se encuentra en el rango de edad de 81 a 90 años. Estos datos se reflejan en la siguiente tabla.

Tabla 1.

Edad y género de los adultos mayores participantes.

Característica	Opción	Frecuencia	Porcentaje
Género	Masculino	6	30%
	Femenino	14	70%
	Total	20	100%
Edad	68 a 75 años	5	25%
	76 a 80 años	2	10%
	81 a 90 años	10	50%
	≥ 91 años	3	15%
	Total	20	100%

En relación con la sintomatología depresiva, la aplicación de la Escala de Depresión Geriátrica de Yesavage reveló que el 70% de los participantes presentaron indicios de posible depresión, mientras que el 20% cumplió con los criterios diagnósticos para un trastorno depresivo establecido, lo cual refleja una elevada prevalencia de síntomas depresivos en esta población (véase Tabla 2). Solo un 10% de los participantes no mostró indicios

significativos de depresión.

Tabla 2.

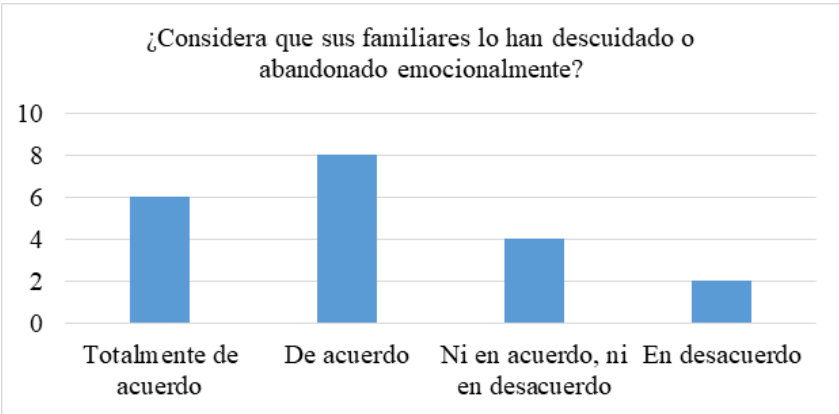
Resultados obtenidos a partir de la aplicación de la Escala de Depresión Geriátrica de Yesavage en los adultos mayores participantes.

	Frecuencia	Porcentaje
No depresión	2	10%
Probable depresión	14	70%
Depresión establecida	4	20%
Total	20	100%

En la siguiente figura, se observa que una proporción significativa de los adultos mayores se manifestó de acuerdo con esta afirmación, lo cual ausculta una percepción generalizada de abandono o descuido emocional en el núcleo familiar. Una minoría expresó una postura neutral, que podría relacionarse con experiencias familiares más positivas o mecanismos personales

de adaptación ante la soledad.

Figura 1.
Percepción de abandono en adultos mayores a través de la compañía recibida.



A continuación, se presentan las valoraciones de las siete personas adultas mayores que participaron en la entrevista, de estos según los criterios diagnósticos de depresión probable o establecida, conforme a los puntos de corte de la GDS, cuatro de ellos exhiben síntomas compatibles con depresión y tres se encuentran en probable depresión. Con el fin de facilitar la interpretación,

la siguiente tabla resume los datos agrupados por categorías y respuestas.

Tabla 3.
Análisis general de las respuestas obtenidas mediante la entrevista.

Categoría	Análisis general
Impacto emocional y percepción del trato familiar	Los participantes compartieron sus experiencias familiares, señalando que muchos de ellos sienten un trato distante o ausente por parte de sus seres queridos. Al preguntarles cómo se sienten respecto a esta situación, expresaron una mezcla de dolor emocional, frustración y rabia.
Cambios en la salud	Se observó un impacto significativo en la salud mental y física, que se manifestó en la pérdida de interés por actividades diarias, una notable disminución de energía y la aparición de síntomas típicos de la depresión, como cansancio constante y falta de motivación.
Estrategias de afrontamiento	La fundación, según los participantes actúa como una red de apoyo, siendo un espacio para desconectar temporalmente de la dinámica familiar ausente. El intercambio con otros, la participación en diversas actividades y la posibilidad de distraerse, mitigan en cierta medida los sentimientos de abandono; no obstante, algunos consideran que esta estrategia de afrontamiento no siempre resulta eficaz, y persiste la sensación de abandono.
Necesidades de apoyo	Se evidenció una necesidad evidente de tener compañía constante y apoyo emocional, además de un deseo de comunicarse más a menudo con sus seres queridos. Algunos participantes enfatizaron lo crucial de sentirse escuchados y acompañados para mejorar su bienestar.

Expectativas familiares

Las expectativas hacia sus familiares variaron, predominando una esperanza moderada o resignada de que las relaciones familiares puedan mejorar en el futuro, aunque algunos mostraron escepticismo ante la posibilidad de un cambio significativo en el trato recibido.

Con base en el diagnóstico, se propuso el Plan de psicoterapia con enfoque cognitivo conductual para disminuir la sintomatología depresiva a consecuencia del abandono familiar en estos adultos mayores, con lo que se facilita el desarrollo de nuevas herramientas de intervención en la Fundación Social Cristo Rey, enfocadas en mejorar el bienestar del adulto mayor y mitigar efectos asociados al abandono familiar.

Desde una perspectiva integradora –que abarca la emoción, cognición y autovalía–, el programa tiene como objetivo atenuar los sentimientos de soledad y exclusión, mismos que se han

identificado como detonantes de cuadros depresivos en esta población.

A continuación, se presenta una tabla que resume la estructura del plan, el cual originalmente contempla un total de 12 sesiones. Como referencia, la tabla incluye una o dos sesiones correspondientes a cada fase del proceso.

Tabla 4.

Estructura del Plan de psicoterapia con enfoque cognitivo conductual.

Fase	Sesión	Metodología	Objetivo	Actividad central
Fase 1: Intervención grupal- familiar	Nº1	Presentación del programa.	Presentar el programa y crear un espacio de confianza.	Explicación del enfoque TCC, dinámica de presentación, establecimiento de expectativas.
	Nº2	Ejercicios de comunicación.	Mejorar la comunicación en familia.	Identificación de emociones, role-playing sobre situaciones familiares.
	Nº3	Identificación de pensamientos automáticos negativos.	Trabajar en la identificación de pensamientos negativos.	Introducción a diario de pensamientos, con ayuda del facilitador.
Fase 2: Intervención individual con el adulto mayor	Nº4	Reestructuración cognitiva.	Desafiar y modificar pensamientos negativos de abandono.	Revisión de diario de pensamiento, técnicas de cuestionamiento para pensamientos irracionales.
	Nº5	Técnicas de relajación.	Enseñar al adulto mayor estrategias de relajación para sobrellevar la depresión.	Introducción a técnicas de relajación, como mindfulness. Actividad ocupacional
Fase 3: Intervención grupal- familiar- institucional	Nº6	Fortalecimiento de la red de apoyo institucional.	Presentación de recursos institucionales disponibles.	Brindar información sobre accesos a servicios sociales y de salud.
	Nº7	Colaboración y coordinación.	Fomentar la colaboración entre la familia, el adulto mayor y Fundación para asegurar un apoyo constante.	Sesión grupal con la participación de familiares, adultos mayores y responsables de la Fundación.
Fase 4: Cierre, seguimiento y evaluación	Nº8	Evaluación.	Evaluar el progreso en términos de manejo emocional y participación.	Discusión de logros, revisión de diarios, evaluación de comunicación familiar.

Se observa que la metodología del plan propuesto comienza, en su primera fase, mediante una actividad de participación grupal, en la cual se busca fortalecer la conexión entre los adultos mayores y sus familiares o cuidadores, promoviendo un espacio de diálogo que facilite el abordaje integral del funcionamiento familiar.

Posteriormente, se realiza un trabajo individualizado con cada adulto mayor para comprender su situación particular, estableciendo desde allí una colaboración conjunta entre la fundación, la familia y el propio adulto mayor, con el objetivo de facilitar cambios positivos, que disminuyan la sintomatología depresiva por abandono familiar.

Discusión

Los resultados obtenidos en esta investigación se alinean con hallazgos en la literatura, en el que se destaca el abandono familiar como factor que contribuye a la sintomatología depresiva en el adulto mayor. Estudios como los de Cotrado & Huapaya (2020) y Flores & Yagual (2023), evidencian que el abandono familiar incrementa los niveles de ansiedad y desesperanza en los adultos mayores, lo que favorece la aparición de trastornos depresivos.

El abandono familiar, en el presente caso, no solo se refiere a la ausencia física de los familiares, sino también a la falta de apoyo emocional y afectivo, lo que concuerda con los señalado por Marín et al. (2022). Estos demuestran que la disfunción familiar y la desatención emocional, aumentan la depresión en población geriátrica. Lo ausculto en este estudio, refleja, asimismo, que los adultos mayores encuestados reportaron una baja satisfacción respecto al apoyo familiar.

Por otra parte, los resultados de Pinargote & Chávez (2020) reafirmaron la correlación entre el abandono familiar y el aumento de conductas de riesgo, como la ideación suicida. En cuanto a factores demográficos, se ha demostrado que el estado civil y el nivel de educación influyen en la percepción del abandono (Cotrado & Huapaya, 2020; Pomares et al., 2021).

También, investigaciones previas han evidenciado la efectividad de la TCC en adultos mayores, en ese contexto, Skosireva et al. (2025) y Werson et al. (2022), destacan la pertinencia de esta intervención para mejorar la salud emocional de este grupo etario, incluso en la presencia de ansiedad comórbida. De forma específica, Skosireva et al. (2025) confirmaron que la TCC adaptada para los adultos mayores, mejora significativamente el bienestar emocional, reduciendo los síntomas de depresión y ansiedad.

Se demostró, además, que los participantes más jóvenes dentro del grupo de adultos mayores experimentaron mejoras sustanciales en comparación con los más mayores, un hallazgo que concuerda con el estudio de Rivadeneyra (2024), que reportó una reducción significativa de los síntomas depresivos mediante la aplicación de TCC en adultos mayores con síntomas depresivos en un hospital policial.

Por tanto, la TCC ayuda a modificar la percepción negativa del abandono familiar y facilita el abordaje de pensamientos y emociones asociadas a la falta de apoyo familiar, lo que contribuye al bienestar emocional de los participantes. Las personas que viven solas o que no reciben apoyo familiar tienden a presentar mayor vulnerabilidad emocional, lo que evidencia la necesidad de adaptar las intervenciones terapéuticas según circunstancias personales de cada individuo.

Aunque los resultados obtenidos son positivos, este estudio presenta algunas limitaciones, como la falta de un grupo control aleatorizado y el diseño observacional, limitan la capacidad de generalizar los resultados. Además, los sesgos derivados del auto-reporte de los participantes y otros factores externos, como la mejora natural de los síntomas con el tiempo, deben ser considerados al interpretar los resultados.

Por tanto, para futuras líneas de investigación se deben realizar estudios con muestras más amplias, que abarquen edades y condiciones socioeconómicas distintas, para obtener una generalización más robusta de los resultados y mejor comprensión de los factores asociados al abandono familiar. Asimismo, se debe evaluar los efectos a largo plazo de la TCC en la sintomatología depresiva de los adultos mayores e investigar si existe diferencia en la efectividad de la intervención según el género de esta población, reconociendo que la depresión puede manifestarse en diferentes formas tanto en hombres como mujeres.

Conclusiones

Este estudio identificó una prevalente sintomatología depresiva en casi todos los adultos mayores de la Fundación Social Cristo Rey, derivada del abandono familiar, en lo que se incluye un porcentaje con depresión. Entre los síntomas característicos se encuentra el sentimiento de soledad, abulia y anhedonia, entre otros.

El abandono familiar aparece mediado por un impacto emocional negativo derivado de la percepción del trato familiar desfavorable. Esto acarrea consecuencias en la salud física y mental de los adultos mayores, que denotan necesidades de apoyo y la formación de expectativas familiares negativas.

Se elabora un plan de psicoterapia cognitivo conductual encaminado a reducir la sintomatología depresiva a consecuencia del abandono familiar, basado en dimensiones individual, familiar e institucional, cuyos ejes proponen técnicas cognitivo-conductuales aplicables al adulto mayor, el abordaje de la comunicación familiar y la articulación con la institución como vía para garantizar la sostenibilidad de las acciones propuestas. Dicho plan ha sido valorado de forma favorable por especialistas en esta área.

Referencias

Aucapiña, T., Fernández, N., & León, S. (2023). El Abandono del adulto mayor y la desintegración familiar: Caso

- San Cristóbal, cantón Paute provincia del Azuay. *ConcienciaDigital*, 6(3), 49–64. <https://doi.org/10.33262/concienciadigital.v6i3.2622>
- Aveiga, V., & Cedeño, E. (2020). Resiliencia de los adultos mayores del Centro Diurno Gerontológico “Cristo Rey” frente al abandono de sus familiares. *Socialium: Revista Científica de Ciencias Sociales*, 4(2), 429–444. <https://n9.cl/5r99i>
- Ayala, O., & Vera, M. (2022). Consecuencias en el adulto mayor víctima de abandono sociofamiliar y su influencia en la calidad de vida. *Revisión documental 2012-2021* [Tesis de grado, Corporación Universitaria Minuto de Dios]. <https://n9.cl/ubqlr>
- Berger, F. (2024). Depresión en los adultos mayores. *MedLine Plus*. <https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/001521.htm>
- Bilbrey, A., Laidlaw, K., Cassidy, E., Thompson, L., & Gallagher, D. (2022). Cognitive Behavioral Therapy for Late-Life Depression: Evidence, Issues, and Recommendations. *Cognitive and Behavioral Practice*, 29(1), 128–145. <https://doi.org/10.1016/j.cbpra.2020.02.003>
- Bustos, M., Acosta, J., Jiménez, M., & Ocaña, E. (2024). Situación de abandono familiar en adultos mayores del Asilo León Ruáles, Ecuador. *Correo Científico Médico*, 27(4), 5011. <https://revcocmed.sld.cu/index.php/cocmed/article/view/5011>
- Calderón, D. (2018). Epidemiología de la depresión en el adulto mayor. *Revista Medica Herediana*, 29(3), 182–191. <https://doi.org/10.20453/rmh.v29i3.3408>
- Chancasanampa, C. J., & Gutierrez, J. (2022). Depresión y abandono familiar en el adulto mayor del Centro de Salud Pucará, Huancayo 2021 [Tesis de grado, Universidad Continental]. <https://repositorio.continental.edu.pe/handle/20.500.12394/11526>
- Ciharova, M., Furukawa, T., Efthimiou, O., Karyotaki, E., Miguel, C., Noma, H., Cipriani, A., Riper, H., & Cuijpers, P. (2021). Cognitive restructuring, behavioral activation and cognitive-behavioral therapy in the treatment of adult depression: A network meta-analysis. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 89(6), 563–574. <https://doi.org/10.1037/ccp0000654>
- Constitución de la República del Ecuador (2008). <https://n9.cl/41evj>
- Aucapiña, T., Fernández, N., & León, S. (2023). El Abandono del adulto mayor y la desintegración familiar: Caso San Cristóbal, cantón Paute provincia del Azuay. *ConcienciaDigital*, 6(3), 49–64. <https://doi.org/10.33262/concienciadigital.v6i3.2622>
- Aveiga, V., & Cedeño, E. (2020). Resiliencia de los adultos mayores del Centro Diurno Gerontológico “Cristo Rey” frente al abandono de sus familiares. *Socialium: Revista Científica de Ciencias Sociales*, 4(2), 429–444. <https://n9.cl/5r99i>
- Ayala, O., & Vera, M. (2022). Consecuencias en el adulto mayor víctima de abandono sociofamiliar y su influencia en la calidad de vida. *Revisión documental 2012-2021* [Tesis de grado, Corporación Universitaria Minuto de Dios]. <https://n9.cl/ubqlr>
- Berger, F. (2024). Depresión en los adultos mayores. *MedLine Plus*. <https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/001521.htm>
- Bilbrey, A., Laidlaw, K., Cassidy, E., Thompson, L., & Gallagher, D. (2022). Cognitive Behavioral Therapy for Late-Life Depression: Evidence, Issues, and Recommendations. *Cognitive and Behavioral Practice*, 29(1), 128–145. <https://doi.org/10.1016/j.cbpra.2020.02.003>
- Bustos, M., Acosta, J., Jiménez, M., & Ocaña, E. (2024). Situación de abandono familiar en adultos mayores del Asilo León Ruáles, Ecuador. *Correo Científico Médico*, 27(4), 5011. <https://revcocmed.sld.cu/index.php/cocmed/article/view/5011>
- Calderón, D. (2018). Epidemiología de la depresión en el adulto mayor. *Revista Medica Herediana*, 29(3), 182–191. <https://doi.org/10.20453/rmh.v29i3.3408>
- Chancasanampa, C. J., & Gutierrez, J. (2022). Depresión y abandono familiar en el adulto mayor del Centro de Salud Pucará, Huancayo 2021 [Tesis de grado, Universidad Continental]. <https://repositorio.continental.edu.pe/handle/20.500.12394/11526>
- Ciharova, M., Furukawa, T., Efthimiou, O., Karyotaki, E., Miguel, C., Noma, H., Cipriani, A., Riper, H., & Cuijpers, P. (2021). Cognitive restructuring, behavioral activation and cognitive-behavioral therapy in the treatment of adult depression: A network meta-analysis. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 89(6), 563–574. <https://doi.org/10.1037/ccp0000654>
- Constitución de la República del Ecuador (2008). <https://n9.cl/41evj>
- Cotrado, S., & Huapaya, G. (2020). Abandono del adulto mayor: Una perspectiva sociodemográfica. *Revista Ecuatoriana de Psicología*, 3(7), 160–173. <https://doi.org/10.33996/rep.v3i7.42>
- Espinosa, N., & Pazmiño, W. (2023). El delito de abandono de personas y su incidencia en los Adultos Mayores como Grupo de Atención Prioritaria. *Tesla Revista Científica*, 3(1), e148. <https://doi.org/10.55204/trc.v3i1.e148>
- Flores, Á., & Yagual, S. (2023). Abandono familiar y estado emocional de los adultos mayores del barrio Paraíso del cantón Salinas. *593 Digital Publisher CEIT*, 8(4), 367–379. <https://doi.org/10.33386/593dp.2023.4.1951>
- García, I., Pico, E., & Paccha, C. (2021). Calidad de vida del adulto mayor en el Primer Nivel de Atención. *Polo del Conocimiento: Revista científico - profesional*, 6(7), 1186–1199. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9556448>
- INEC. (2024). Desafíos y oportunidades para el Ecuador ante el envejecimiento poblacional: INEC destaca datos claves en el día mundial de la población. <https://n9.cl/to6ac>
- Ley Orgánica de las Personas Adultas Mayores. (2019). Ley 0. Registro Oficial Suplemento 484. https://www.gob.ec/sites/default/files/regulations/2020-09/Documento_Ley-Org%C3%A1nica-Del-Adulto-Mayor.pdf
- López, K., & Pincay, M. (2024). Abandono familiar en la salud mental de los adultos mayores de la Fundación

- Otoño Inolvidable en el año 2022- 2023 [Tesis de grado, Universidad Politécnica Salesiana]. <https://n9.cl/keii0>
- Lora, L., & Clavijo, L. N. (2023). Depresión en Pacientes Adultos Mayores Institucionalizados en Agua de Dios con Enfermedad de Hansen: Comparativa de Población Prepandemia, Hallazgos y Novedades. *Ciencia Latina: Revista Multidisciplinar*, 7(6), 127. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9481672>
- Macas, B. (2023). Estrés, ansiedad, y depresión en el adulto mayor en relación a la funcionalidad familiar. *Revista Peruana De Ciencias De La Salud*, 5(3), 101–110. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9236224>
- Marín, J., Robles, A., & Mora, G. (2022). Percepción del adulto mayor en relación al apoyo familiar. *Polo del Conocimiento: Revista científico - profesional*, 7(12), 1134–1149. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9227652>
- NIA. (2025). Las personas mayores y la depresión. National Institute on Aging. <https://www.nia.nih.gov/espanol/depression/personas-mayores-depresion>
- OMS. (2020). Envejecimiento y salud. <https://n9.cl/retsd>
- Pinargote, D., & Chávez, M. (2020). Conductas de riesgo en el adulto mayor en situación de abandono de Portoviejo-Manabí-Ecuador. *Revista Caribeña de Ciencias Sociales (RCCS)*, 3 (Marzo), 39. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9040336>
- Pomares, A., Pomares, J., Santiesteban, R., Regal, V., & Vázquez, M. (2021). Relación entre el funcionamiento familiar, ansiedad y depresión en adultos mayores. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 37(2). http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S0864-21252021000200004&lng=es&nrm=iso&tlng=es
- Preston, T., Carr, D., Hajcak, G., Sheffler, J., & Sachs, N. (2022). Cognitive reappraisal, emotional suppression, and depressive and anxiety symptoms in later life: The moderating role of gender. *Aging & Mental Health*, 26(12), 2390–2398. <https://doi.org/10.1080/13607863.2021.1998350>
- Rivadeneira, O. (2024). Estrategia cognitivo conductual para disminuir la depresión en los adultos mayores del Hospital Regional Policial Chiclayo [Tesis de posgrado, Universidad Señor de Sipán]. <https://repositorio.uss.edu.pe/handle/20.500.12802/12118>
- Skosireva, A., Gobessi, L., Eskes, G., & Cassidy, K. (2025). Effectiveness of enhanced group cognitive behaviour therapy for older adults (CBT-OA) with depression and anxiety: A replication study. *International Psychogeriatrics*, 37(2), 100013. <https://doi.org/10.1016/j.inpsyc.2024.100013>
- Vera, S., & Vera, K. (2023). Abandono familiar y mendicidad de los adultos mayores en el barrio 1 de Mayo de la parroquia urbana Ballenita. *Maestro y Sociedad*, 20(3), 718–722. <https://maestroysociedad.uo.edu.cu/index.php/MyS/article/view/6107>
- Werson, A., Meiser, R., & Laidlaw, K. (2022). A meta-analysis of CBT efficacy for depression comparing adults and older adults. *Journal of Affective Disorders*, 319, 189–201. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2022.09.020>
- Zhang, P., Wang, L., Zhou, Q., Dong, X., Guo, Y., Wang, P., He, W., Wang, R., Wu, T., Yao, Z., Hu, B., Wang, Y., Zhang, Q., & Sun, C. (2023). A network analysis of anxiety and depression symptoms in Chinese disabled elderly. *Journal of Affective Disorders*, 333, 535–542. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2023.04.065>