



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGIA
MODALIDAD PRESENCIAL



TRABAJO DE INTEGRACION CURRICULAR
PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE:

LICENCIADO EN PSICOLOGIA

TEMA:

EMOCIONES Y DISTORSIONES COGNITIVAS EN ADULTOS
MAYORES DEL CENTRO GERONTOLÓGICO DEL CANTÓN MONTALVO.

AUTORES:

MONTERO QUINTANILLA ADRIANA LUCIA

TÓMALA CHANG CARLOS DANIEL

TUTOR:

MSC. XAVIER EDUARDO FRANCO CHOEZ

2024





I

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGÍA
MODALIDAD PRESENCIAL



DEDICATORIA

Autor 1.,

En primer lugar, dedico este trabajo a mis padres Ana Quintanilla y Miguel Montero, quienes se han esforzado por mi futuro, desde el honrado trabajo de mi padre hasta las tareas del hogar de mi madre, me han motivado a crecer en el ámbito académico y por consiguiente laboral, dejando huellas en la vida de las demás personas y recuerdos positivos, a la vez que me forjo un camino y una gran vida llena de conocimientos y oportunidades. Dedico además este pequeño paso, a mi hermano Oscar Montero, quien a pesar de los múltiples inconvenientes que lo limitan a alcanzar su sueño, no se rinde jamás, demostrándome que cuando se desea algo con el corazón se lucha por ello.

“Mi magia, es no rendirme” – Asta/Black Clover

Montero Quintanilla Adriana Lucia

Autor 2.,

Quiero dedicar este trabajo a Dios, así como a mis padres, Carlos Tomalá y Carmen Chang, quienes me han enseñado los valores que me motivan diariamente a seguir preparándome. Mi mayor anhelo es llegar a ser una persona de bien para la sociedad y contribuir con un impacto positivo en ella. Les debo todas mis metas cumplidas y por cumplir; ellos han sido la base fundamental de la persona que soy hoy. Los valores inculcados por mi madre en vida serán los pilares que guiarán mi futuro. Además, dedico este proyecto a mi hermana Juana Tomalá, quien ha contribuido de manera significativa en esta última etapa de mi carrera. Sin su apoyo incondicional, no estaría donde estoy. Espero que se sienta tan orgullosa de mí como yo lo estoy de ella. Por último, dedico esta tesis a mis ídolos, Elizabeth Grant y Sufjan Stevens, quienes me han acompañado con su música en los momentos en que necesitaba motivación para seguir sonriendo.

Tomalá Chang Carlos Daniel



II

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGIA
MODALIDAD PRESENCIAL
AGRADECIMIENTO



Autor 1.,

Agradezco a mis padres por enseñarme la variedad de oportunidades que existen en la vida, por apoyarme y ser una fuente de gran apoyo y amor incondicional, agradezco a mi Tía, Blanca Quintanilla, puesto que ha representado una figura de admiración en mi vida, gracias a su dura perseverancia por triunfar, también extendo un agradecimiento especial a mi guía y amiga, la psc. Cli. Teresa Ledesma quién en el poco tiempo de mi voluntariado me ha enseñado amar la carrera, otorgándome su enseñanza y conocimiento.

De igual manera resulta importante demostrar mi gratitud y agradecimiento a mi docente tutor el Msc. Xavier Franco quién ha sido facilitador de gran conocimiento en el mundo de la psicología, gran docente y gran tutor, fuente de admiración, a mi amigo y compañero de Tesis, Carlos Tomala, quién ha sido una persona llena de habilidades y fortalezas que me han instruido a lo largo de la carrera, reforzando mi conocimiento y brindándome momentos gratos de amistad.

Montero Quintanilla Adriana Lucia

Autor 2.,

Agradezco a Dios por ser mi base y mi soporte en los momentos más difíciles. Agradezco también a mi madre Carmen Rosa Chang, quien me enseñó el valor del estudio y los principios que ha inculcado a lo largo de mi vida. Estos valores me han acompañado siempre y por ellos estaré siempre agradecido, a mi padre, Carlos Julio Tomalá, por enseñarme a esforzarme siempre por lo que quiero y por ser un hombre de bien. Agradezco a mi hermana por estar a mi lado en mis momentos más difíciles y por ser de gran ayuda. Mi familia es mi mayor inspiración y mi gran apoyo en mis metas También quiero agradecer a mi compañera de tesis, Lucía Montero, por estar siempre presente en este proceso. Su constante compromiso y arduo trabajo ha enriquecido este proyecto y siempre estaré agradecido con ella por esto. Finalmente, agradezco a mi docente tutor, Msc. Xavier Franco, por ser una parte fundamental en este proceso y por estar siempre dispuesto a compartir sus conocimientos con nosotros.

Tomalá Chang Carlos Daniel



III

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGÍA
MODALIDAD PRESENCIAL



Índice General

DEDICATORIA	I
AGRADECIMIENTO	II
RESUMEN	VI
ABSTRACT	VII
CAPITULO I-. INTRODUCCIÓN.....	1
1.2 Planteamiento del problema	4
1.3 Justificación.....	4
1.4 Objetivos de investigación	5
1.4.1 Objetivo General.....	5
1.4.2 Objetivos Específicos:	5
1.5 Hipótesis.....	6
CAPITULO II-. MARCO TEÓRICO.....	7
2.1 Antecedentes	7
2.2 Bases Teóricas.....	10
2.2.1 Distorsiones Cognitivas: Aaron T. Beck	10
2.2.2 Emociones	18
2.2.3 Paradigmas del condicionamiento clásico y operante en el contexto de las distorsiones cognitivas.....	26
2.2.4 Distorsiones cognitivas y su relación con las emociones	28
CAPITULO III-. METODOLOGÍA.....	29
3.1 Tipo y diseño de investigación.....	29



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGIA
MODALIDAD PRESENCIAL

3.1.2 Investigación Descriptiva	29
3.1.3 Diseño de Investigación.....	30
3.2 Operacionalización de las variables	31
3.3 Población y Muestra.....	32
3.3.1 Población	32
3.3.2 Muestra	32
3.4 Técnicas e Instrumentos	33
3.4.1 Técnicas	33
3.2.2 Instrumentos	34
3.5 Procesamiento de datos	36
3.5.1 Distorsiones cognitivas.....	36
3.5.2 Tabla de emociones	38
3.6 Aspectos éticos.....	41
CAPITULO IV-. RESULTADOS Y DISCUSIÓN	42
4.1 Resultados	42
4.2 Discusión.....	48
CAPITULO V-. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	51
5.1 Conclusiones	51
5.2 Recomendaciones.....	52
Referencias.....	53
ANEXOS	61
ANEXO A.....	62
ANEXO B.....	63
ANEXO C.....	64



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGIA
MODALIDAD PRESENCIAL

ANEXO D.....	64
ANEXO E.....	65
ANEXO F.....	66
ANEXO G.....	67
ANEXO H.....	68
ANEXO I.....	68
ANEXO J.....	70
ANEXO K.....	71

Índice de Tablas

Tabla 1.- Operacionalización de las variables	31
Tabla 2.- Datos obtenidos de la aplicación de la Escala de Pensamientos Automáticos de Lujan y Ruiz.....	36
Tabla 3.- Datos sobre las Emociones negativas.....	38
Tabla 4.- Datos sobre las Emociones Positivas	39
Tabla 5.- Presupuesto.....	70
Tabla 6.- Cronograma.....	71

Índice de Gráficos

Gráfico 1.- Datos de la Escala de Pensamientos Automáticos de Lujan y Ruiz (1991)...	67
Gráfico 2.- Datos de Escala de afecto positivo y negativo (PANAS)	68
Gráfico 3.- Datos de Escala de afecto positivo y negativo (PANAS)	68



VI

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGIA
MODALIDAD PRESENCIAL



RESUMEN

Las distorsiones cognitivas son errores en el procesamiento de información que generan respuestas incorrectas debido a una interpretación exagerada de los eventos. Estas respuestas no están determinadas por los eventos en sí, sino por la percepción de los mismos. Existen varios tipos de las distorsiones cognitivas, como el filtraje de abstracción selectiva, el pensamiento polarizado, la sobregeneralización, la interpretación del pensamiento, la visión catastrófica, la personalización, la falacia de control, la falacia de justicia, el razonamiento emocional, la falacia de cambio, las etiquetas globales, la culpabilidad, los "deberías", la falacia de razón y la falacia de recompensa divina., por otra parte las emociones están presentes en momentos significativos de la vida y afectan cómo respondemos a eventos. Alegría y tristeza, por ejemplo, impulsan comportamientos diferentes. Las emociones son estados complejos que involucran cambios físicos y mentales, y pueden llevar a acciones específicas. Nuestro proyecto de investigación surge de la comprensión de cómo las emociones y las distorsiones cognitivas afectan la vida de los adultos mayores en el Centro Gerontológico del cantón Montalvo. Nos preguntamos si las distorsiones cognitivas influyen en las emociones de este grupo de personas. Para abordar esta pregunta, utilizamos la Escala de Pensamientos Automáticos y la Escala de afecto positivo y negativo con una muestra de 53 adultos mayores. Este estudio, de naturaleza descriptiva y sin correlación, nos permitió explorar la relación entre las distorsiones cognitivas y las emociones en este contexto específico, llegando a una conclusión

Palabras clave: *Distorsiones cognitivas, Emociones, interpretación exagerada, Influencia.*



VII

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGÍA
MODALIDAD PRESENCIAL



ABSTRACT

Cognitive distortions are mistakes in how we process information that lead to incorrect responses because we overinterpret events. These responses don't come directly from the events themselves but from how we perceive them. There are various kinds of cognitive distortions, like selective abstraction, polarized thinking, overgeneralization, misinterpreting thoughts, catastrophic thinking, personalization, the belief in absolute control, justice fallacy, emotional reasoning, the belief in external control for personal well-being, global labels, guilt, imposing rigid rules on ourselves or others ("shoulds"), belief in personal infallibility, and expecting rewards from the world for solving problems spontaneously. On the other hand, emotions play a significant role in our lives, affecting how we react to events. For instance, joy and sadness prompt different behaviors. Emotions are complex states involving both physical and mental changes, often leading to specific actions. Our research project stems from understanding how emotions and cognitive distortions impact the lives of elderly individuals at the Gerontological Center in Montalvo. We're exploring whether cognitive distortions influence the emotions of this demographic. To investigate this, we employed the Automatic Thoughts Scale and the Positive and Negative Affect Scale with a sample of 53 older adults. This descriptive study allowed us to explore the relationship between cognitive distortions and emotions in this specific context, leading us to draw conclusions.

Keywords: *Cognitive distortions, Emotions, Exaggerated interpretation, Influenc*

CAPITULO I-. INTRODUCCIÓN

El presente proyecto tiene como temática las “Emociones y distorsiones cognitivas en adultos mayores del centro gerontológico del cantón Montalvo”. Partiendo que las distorsiones cognitivas son patrones irracionales o inexactos del pensamiento que pueden perpetuar estados emociones negativos y construir a problemas de la salud mental. Cabe recalcar que en la población a estudiar estos cambios se dan por distintos factores, como la escasez de información sobre las emociones, también las creencias de los adultos mayores respecto a su situación actual.

Es importante comprender que las emociones juegan un papel crucial, y su comprensión es fundamental para el bienestar general de los individuos. Las emociones negativas, como la depresión, la ansiedad y la tristeza, pueden intensificarse cuando los adultos mayores no poseen el conocimiento necesario sobre ellas. En este contexto, Ecuador, al experimentar el envejecimiento poblacional que caracteriza a su población, está provocando una creciente prevalencia de enfermedades físicas, mentales y emocionales.

Es por esto que el objetivo de nuestra investigación radicará en evaluar las distorsiones cognitivas presentes y medir las emociones en la población de adultos mayores del Centro Gerontológico del Cantón Montalvo, con el fin de determinar si existe una influencia entre ambas. Este objetivo se cumplirá mediante los resultados que se obtengan, lo cual permitirá realizar las recomendaciones necesarias.

Este proyecto de investigación estará compuesto de tres apartados que detallarán el proceso de la investigación de inicio a fin. En el capítulo I se llevará a cabo la contextualización de la problemática a trabajar en sus distintos contextos. Aquí se desarrollará la problemática, los objetivos y la hipótesis. El capítulo II estará dirigido a desarrollar los antecedentes con mayor contextualización y al desarrollo de la teoría y sus respectivos fundamentos basados en distintos autores relacionados con la temática. En el capítulo III se evidenciará la parte metodológica del proyecto y el tipo de diseño de investigación, la operacionalización de las variables, la población y la muestra, los instrumentos aplicados y el respectivo procesamiento de los datos. En el capítulo

IV se desarrollará el cuadro correspondiente al presupuesto y al cronograma de avances, junto a las referencias y las evidencias (anexos).

1.1 Contextualización de la situación problemática

CONTEXTUALIZACIÓN INTERNACIONAL

Debido a la escasez de información dirigida a evaluar las distorsiones cognitivas en la población adulta mayor se opta por plasmar la investigación de Nukhat et al. (2024) publicada en la revista RGSA – Revista de Gestão Social e Ambiental (Revista de Gestión social y Ambiental) proveniente de Brasil, en la cual se manifiesta la existencia de estudios que han demostrado que la distorsión cognitiva contribuye de forma significativa al desarrollo de problemas de índole emocional.

Dicho estudio plantea la hipótesis de que las distorsiones cognitivas, que originan las creencias de los adultos mayores con respecto a su situación actual y futura, pueden ser desencadenante del desarrollo de depresión, ejemplifica que, si una persona adulta mayor con tendencia a la catastrofización interpreta pequeños contratiempos como desastrosos, puede generar emociones ligadas a la desesperanza y tristeza.

El objetivo del estudio se direcciona a investigar la relación entre depresión, resiliencia y distorsiones cognitivas en la población adulta mayor, para ello se seleccionó una muestra de 300 adultos mayores originarios de Pakistán, para las variables se usaron los siguientes instrumentos: Escala de distorsiones cognitivas (CDS), Inventario de Depresión de Beck II Y la Escala de Resiliencia de Connor. Los resultados indicaron que las personas adultas mayores con mayor resiliencia muestran una reducción significativa en cuanto a la presencia de distorsiones cognitivas y depresión, atribuyéndole un papel de moderador.

CONTEXTUALIZACIÓN NACIONAL

Ecuador es un país que no es exento al proceso de envejecimiento poblacional, puesto que existe una transición demográfica que caracteriza la población del país, misma que genera en la presencia cada vez más frecuente de enfermedades físicas, mentales y emocionales (Prefectura de los Ríos, 2023).

Según la Organización de los Estados Americanos “OEA” (como se citó en MIES,2023) en Ecuador a principios del año 2023 se estimó un total de 18,2 millones de habitantes de los cuales, las personas adultas mayores Cubrirían el 8.03% del porcentaje poblacional, ratificando la transición demográfica existente. El resultado de la evaluación de logros administrada por el MIES a la población adulta mayor usuaria de los centros de atención directa de la entidad y centros de servicios públicos y privados a nivel nacional, reveló que el 60% de los usuarios presentan normalidad en cuanto a su estado afectivo, misma que se valoró a través de la escala de Yesavage, inventario que abarca el estado psicoafectivo del individuo, no obstante, también se reflejó que el 34,3% y el 25,6% de los usuarios tienden a reducir de manera significativa su porcentaje en torno al margen de cognición y el estado afectivo (MIES,2021).

CONTEXTUALIZACIÓN LOCAL

Las distorsiones cognitivas pueden manifestarse de diversas formas, a través de un estudio de caso dirigido a un adulto mayor residente del cantón Vinces provincia de los Ríos, realizada por Ramírez (2023), se determinó que las distorsiones cognitivas que prevalecían en el individuo fueron aquellas distorsiones ligadas a pensamientos de culpabilidad e inutilidad, autorreproche y bajo autoconcepto, mismas que surgen a partir de diversas situaciones en las que se ha encontrado inmerso, las cuales a nivel emocional causaron emociones de tristeza e ira, presentes en gran parte del día, generando malestar y nulo interés en la interacción social.

Las pruebas psicométricas empleadas en el estudio fueron las siguientes: Inventario de Pensamientos Automáticos de Ruiz y Lujan (IPA), Inventario de Depresión de Beck y la Escala de depresión Geriátrica de Yesavage emitida por el MIES, los cuales direccionaron la investigación hacia la validez de resultados, a través de la cuantificación de los mismos.

1.2 Planteamiento del problema

¿Cómo influyen las distorsiones cognitivas en las emociones de los adultos mayores del Centro Gerontológico del cantón Montalvo?

1.3 Justificación

La importancia de este proyecto de investigación radica en priorizar a la población de adultos mayores, quienes se encuentran en una etapa de vida especialmente vulnerable. Se torna conviviente puesto que, a través de la misma se dará un aporte de nueva información con respecto al tema objeto de estudio dirigido al equipo multidisciplinario del Centro gerontológico del Cantón Montalvo, mismo que sirve de base para implementar nuevas estrategias de intervención.

Se busca aumentar la conciencia sobre cómo las distorsiones cognitivas afectan a este grupo demográfico, con la esperanza de que las generaciones futuras aporten a través de nuevas investigaciones. La investigación tiene trascendencia al enfocarse en un área poco explorada a nivel nacional, la línea de investigación se encuentra dentro de la línea clínica y forense, con una sublínea de evaluación psicométrica regida por métodos de evaluación; lo cual volverá medible las variables implicadas.

Los principales beneficiarios será la población de adultos mayores pertenecientes al centro gerontológico, ya que en ellos se podrán identificar las distorsiones cognitivas que tienen mayor influencia en las emociones de los mismos. La presente investigación resulta factible puesto que cuenta con el acceso a la población y por consiguiente a la muestra producto de estudio, además del apoyo de las autoridades que conforman la carrera de psicología de la Universidad Técnica de Babahoyo.

El tipo de investigación es de carácter descriptivo, debido a que a través de ella se busca describir las variables inmersas en la investigación tal y como se presentan al en el momento de la evaluación, sin ser manipuladas por parte de los investigadores, mismo enfoque que se enlaza con un diseño no experimental de corte cuantitativo, lo cual facilitará la cuantificación de ambas variables.

1.4 Objetivos de investigación

1.4.1 Objetivo General

Determinar la influencia de las distorsiones cognitivas en las emociones de los adultos mayores del Centro Gerontológico del cantón Montalvo.

1.4.2 Objetivos Específicos:

Evaluar las distorsiones Cognitivas presentes en la población de adultos mayores del Centro Gerontológico del Cantón Montalvo

Medir las emociones presentes en la población de adultos mayores del Centro Gerontológico del Cantón Montalvo

Probar la influencia de las distorsiones cognitivas en las emociones de los adultos mayores del Centro Gerontológico del cantón Montalvo

1.5 Hipótesis

Las distorsiones cognitivas influyen en las emociones de los adultos mayores del Centro Gerontológico del Cantón Montalvo

CAPITULO II-. MARCO TEÓRICO

2.1 Antecedentes

Dado que los estudios sobre las distorsiones cognitivas y emociones presentes en la población adulta mayor son limitados se opta por describir la variable independiente y dependiente por separado para posteriormente unificarlas en una investigación que implique el estudio de ambas variables. Ramos y Ale (2022) realizaron un estudio de tipo correlacional con la finalidad de conocer el grado de correlación entre las distorsiones y la percepción de estrés, mediante el uso de un enfoque cuantitativo, enlazado con un diseño no experimental.

La población estuvo constituida por 103 trabajadores de la Micro Red de salud de Perú, estudio dentro del cual se usaron instrumentos como la ficha de datos demográficos, el inventario de pensamientos automáticos de Ruiz y Lujan y el cuestionario de estrés percibido. Los resultados de la investigación demostraron la presencia de distorsiones y niveles de estrés, con los siguientes valores de correlación: $p: 0,000$ y $Rho: 0,788^{**}$, mismos que corresponden a la hipótesis inicial la cual establece la correlación positiva de ambas variables visibilizando un nivel alto y con un 99% de confianza.

Por otra parte, Naranjo et., al (2021) reflejan a través de su investigación titulada “Estados emocionales de adultos mayores en aislamiento social durante la COVID-19”, las consecuencias significativas en cuanto a las emociones y pensamientos negativos en la pandemia, refiriéndola como una amenaza a la salud mental de la población adulta mayor. En dicha investigación se optó por usar una investigación de carácter descriptivo- transversal datos recopilados entre el mes de mayo y junio del año 2020, en el área de salud perteneciente al Policlínico Universitario “Dr. Rudesindo Antonio García del Rijo”- Cuba.

La población de estudio se centró en 100 adultos mayores, en los cuales se evaluaron las siguientes variables: edad, sexo, estado civil, convivencia, ocupación, ansiedad, depresión, irritabilidad etc., posterior a ello se obtuvo información a través de una entrevista semiestructurada y un test de origen psicológico, entre los cuales se mencionan: la Escala de Ansiedad y Depresión Hospitalaria (HAD) y la Escala de estrés percibido relacionado con la pandemia de COVID-19, el 57,0% de los adultos pertenecía al grupo de 70-79 años; en su mayoría los ancianos convivían con su pareja, un menor de edad o una persona con algún tipo de discapacidad refiriendo el 64,0%, tan

solo el 36,0% vivía efectivamente sin nadie más (solo). El 89,0% de los adultos presento patologías consideradas de riesgo, además se visualizó el predominio de niveles de irritabilidad tanto externos (68,0%) como interno (70,0%), un nivel de ansiedad del 73,0% y un nivel considerado leve en cuanto a la depresión con el 50,0%.

De igual manera, se vuelve esencial mencionar la investigación sobre las emociones y el bienestar en los adultos mayores elaborado por García (2017) debido a que en la misma se destaca la importancia de las emociones positivas en dicha población, el estudio se compuso de 35 usuarios entre 58 y 83 años. Para evaluar el área de las emociones se utilizó La escala de Afecto Positivo y Negativo (PANAS) de Watson, Clark & Tellegen, compuesto por un total de 20 palabras que describen diferentes sentimientos y/o emociones.

La prueba estadística demuestra una diferencia significativa entre la frecuencia afecto positivo experimentado por los usuarios frente al afecto negativo. Por lo tanto, en dicha investigación se halló una mayor preponderancia en la frecuencia de afecto positivo en cuanto al bienestar psicológico dentro de la dimensión emocional de la población adulta mayor inmersa en la investigación.

En relación a la unificación de ambas variables: distorsiones cognitivas y emociones en adultos mayores, se encontró un estudio de caso realizado por Moran (2023) sobre los tipos de distorsiones cognitivas y su incidencia en el área emocional de un residente adulto mayor del Cantón Vinces, estructurado con el objetivo de determinar aquella incidencia, empleado mediante un tipo de investigación correlacional enlazado con un enfoque mixto, se encontró pensamientos de culpabilidad e inutilidad, autorreproche, bajo autoconcepto e inclusive distorsiones de interpretación del pensamiento, generalización, “los debería” y “falacia de control” evaluados a través del Inventario de pensamientos automáticos de Lujan y Ruiz (1991).

En cuanto al área emocional, evaluada a través de una entrevista y escalas de depresión, se demuestra que las distorsiones cognitivas que presenta el adulto mayor, fueron puente para generar emociones como la tristeza e ira, el investigador menciona que la intensidad de dichas emociones disminuía a medida que transcurrían las distorsiones cognitivas, corroborando la hipótesis de la incidencia de las distorsiones en el área emocional.

Teniendo en consideración que las investigaciones sobre las distorsiones cognitivas y las emociones presentes en la población adulta mayor, son de carácter escaso, se opta por plasmar la investigación de Arroyo (2022) la cual se entra en determinar la relación de la dependencia emocional y las distorsiones cognitivas en 157 adultos mayores de la región Gran Buenos Aires, regida por un tipo de investigación no experimental de alcance correlacional-comparativo.

Los resultados obtenidos indicaron que aquellas necesidades de índole emocional insatisfechas con otras personas se tratan de cubrir de una manera desadaptiva lo cual caracteriza la dependencia emocional a través de pensamientos automáticos/erróneos, llegando a afectar la percepción de los usuarios con respecto a la realidad, lo cual posteriormente se reflejó en su estilo de vida; entre los instrumentos que se utilizaron se encuentran: La escala de pensamientos automáticos (IPA) y el Test de dependencia emocional (CDE).

2.2 Bases Teóricas

2.2.1 Distorsiones Cognitivas: Aaron T. Beck

Beck (1963) como se citó en Fernández (2022) define a las distorsiones cognitivas como “fallos sistemáticos en el proceso de la adquisición de información” (párr. 1). Dichos fallos cognitivos suelen aplicar una adherencia rígida a nivel mental lo cual conduce a respuestas erróneas o incorrectas, perjudiciales para las personas.

El mismo autor en el año 200, manifiesta que las respuestas que experimenta el individuo de carácter afectivo, fisiológico y conductual no dependen directamente de aquellos sucesos que ocurren, sino más bien considera que se presentan a través de la interpretación que se realiza de dichos sucesos, siendo el resultado de procesamientos erróneos de información a las cuales se les adjunta un significado exagerado (Santeliz, 2023).

En relación al modelo teórico, las distorsiones cognitivas se explican por medio del modelo cognitivo de Beck (1964), el cual sostiene que la respuesta emocional depende de cómo el individuo aprecia el evento o suceso que experimenta, puntualizando la influencia que mantienen los pensamientos y percepciones del individuo al momento de actuar (Beck Institute for Cognitive Behavior Therapy, 2022). La forma de evaluar una situación o evento depende al menos de una parte de la creencia subyacente pertinente (relevante), dicha creencia se encuentra integrada en una estructura más o menos estable, organizada en esquemas que seleccionan y luego sintetizan los datos que ingresan (Hidalgo,2020).

Sánchez (2015) como se citó en Quito y Reino (2020) alude que las distorsiones cognitivas abordan uno de los aspectos psicológicos más prevalentes en los seres humanos, indica además que los pensamientos automáticos e irracionales intervienen de manera directa en la calidad de vida del individuo, mismos que fomentan un dialogo interno a nivel mental, produciendo esquemas equívocos en la interpretación de situaciones, hechos y emociones, desencadenando comportamientos inadecuados.

2.2.1.1 Características de las Distorsiones Cognitivas

Desde que el ser humano concibe la vida, se contribuye de manera directa a la construcción de las diversas realidades, es decir, se desarrollan en base a la cultura, educación y de forma puntual de las experiencias que se adquieren, conformando un tipo de estilo de pensamiento y esquemas que posteriormente nos permitirá descifrar el mundo de determinado modo, misma que se considerará objetiva y admitida. Desafortunadamente las distorsiones cognitivas ocupan un lugar, sobresaliendo en el diario vivir, mismas que se entienden como errores de interpretación en el procesamiento de la información, volviéndose desadaptivas (Quito y Reino,2020).

A la hora de otorgar un significado a una determinada situación se activan los esquemas, mismos que conservan un carácter irrazonable que inclina a la persona a realizar una interpretación de la realidad de forma distorsionada y muy poco objetiva, la cual posteriormente provocara un desequilibrio en el estado emocional. Oldham (2007) como se citó en Quito y Reino (2020) mencionan que es la interpretación que se realiza de estos eventos lo que provoca que se experimente diferentes emociones, enfatizando en el circuito y/o relación: situación- pensamiento-emoción.

Este tipo de creencias se expresan de manera exagerada y perjudicial impidiendo a la persona el alcance y logro de sus objetivos y metas, generando además emociones de carácter negativo como el miedo, inseguridad, tristeza, ira et. Por lo general se caracterizan por ser espontaneas, aparecer de manera inconsciente, expresarse en términos categóricos, ser difíciles de controlar; en su mayoría son dramáticas (Escuela de Postgrado de Psicología y Psiquiatría,2022).

2.2.1.2 Tipos de Distorsiones cognitivas.

Las distorsiones cognitivas se descubren por medio de la terapia Cognitivo Conductual, en la terapia Racional emotiva, y la Terapia Cognitiva de Beck, entre varias más, desempeñando un rol esencial y de suma importancia en la psicopatología, debido a que producen un desequilibrio emocional significativo. El término “Distorsión cognitiva” fue propuesto inicialmente por Albert Ellis y posteriormente fue desarrollado por Aaron Beck alrededor de la década de los 70, además de otros autores como Ruiz y Lujan quienes realizaron sus aportes en base a los ya establecidos (Quito y Reino,2020).

En 1979 Beck detecto diversos tipos de distorsiones cognitivas entre los cuales se mencionaron los siguientes: Filtraje de abstracción selectiva, pensamiento polarizado, sobre generalización, interpretación del pensamiento, visión catastrófica, personalización, falacia de control, falacia de justicia, razonamiento emocional, falacia de cambio, etiquetas globales, culpabilidad, los deberías, falacia de razón y falacia de recompensa divina (Carriazo et al.,2022).

Filtraje de abstracción: Los individuos tienden a centrarse en lo negativo de un acontecimiento o situación. Las personas que presentan este tipo de distorsión nunca estarán lo suficientemente satisfechas ya que no se permitirán obtener sus metas y objetivos, puesto que se adelantan a sus propios intentos suponiendo un fracaso antes de siquiera a ver empezado (Quito y Reino, 2020).

Pensamiento polarizado: Valoran las situaciones solamente de dos maneras siendo extremistas (eje. Perder o ganar). Las personas con este tipo de distorsiones se caracterizan por presentar pensamientos de origen extremista, de mal en mal, sin considerar matices intermedios (Alvarez,2023).

Sobregeneralización: Se elabora un juicio de carácter absolutista de un evento en particular llegando a conclusiones negativas. Se considera la tendencia a pensar y creer que, si un hecho se presentó una vez, se volverá a presentar muchas veces más, en este tipo de distorsión se elabora una regla que se puede aplicar en varios acontecimientos similares, la misma que se concluye a partir de varios eventos similares (Montenegro,2021).

Interpretación del pensamiento: Regularmente se realiza una mala interpretación de las expresiones de las personas que los rodean, es decir, tienden a tener el pensamiento de que otras personas generan malos comentarios o los miran raro (Carriazo et al.,2022).

Visión Catastrófica: Proyectan el futuro de forma catastrófica (negativa). El individuo adelanta sucesos de manera trágica según sus intereses personales, en este tipo de pensamiento se identifica cualquier situación como algo demasiado grave y peligroso, la cual no tiene solución por lo que solo se espera que ocurra lo catastrófico (klimenko et al., 2019).

Personalización: Los individuos con este tipo de distorsión suelen creer que las actitudes negativas que los demás toman están dirigidos hacia ellos. Esta distorsión puntualiza en el hábito

de relacionar sin base algunos los hechos que se desarrollan en el entorno consigo mismo, es frecuente la comparación con otras personas de manera negativa (Quito y Reino,2020).

Falacia de Control: Este tipo de pensamiento implica que las personas creen que pueden tener el control absoluto sobre situaciones que se desarrollan en la cotidianidad de sus vidas. Cada sujeto se ve a sí mismo de forma exagerada, en cuanto al control que mantiene sobre los acontecimientos de su vida; posee sentimientos de responsabilidad excesiva con respecto a todo lo que ocurre en su entorno (Montenegro,2021).

Falacia de Justicia: Exigen justicia según los parámetros y valores propios, dándole prioridad a sus deseos, asumiendo que lo que los demás manifiesten es injusto (involucra sus deseos con el sentido de justicia). Se ve implicado el hábito de dar un valor indebido ajustándose a los deseos propios, este tipo de error en el pensamiento incurre al buscar justicia en los hechos de las demás personas (Montenegro,2021).

Razonamiento emocional: Existe una confusión entre el pensamiento y sus emociones, es decir, piensa que lo que sus emociones expresan es legítimamente verdadero. De forma general las personas atribuyen sus conclusiones y pensamientos a sus emociones, de manera especial consideran aquellas que emergen como reacciones opuestas al desempeño de sus actividades (Alvarez,2023).

Falacia de Cambio: Se hace visible la idea de que el bienestar propio depende del como actúen los demás, se toma la postura de que son las otras personas quienes deben cambiar su forma de comportarse, antes que ellos (Carriazo et al.,2022).

Este tipo de distorsión genera el pensamiento de que solo se puede llegar a cambiar si los demás lo hacen primero, es decir, enfatiza que las acciones se encuentran sujetas a la voluntad de otras personas asumiendo la frase “si el cambia lo haré yo” (Montenegro,2021).

Etiquetas Globales: Se realizan Juicios de valor negativo, las personas utilizan una etiqueta sobre sí mismos, o los demás para poder realizar una descripción. Dentro de este tipo de distorsión se piensa en uno mismo o en la gente que se encuentra alrededor, se tiende a dar características que nos funcione para definir a las mismas, y en base a las cuales juzgamos a las mismas (Quito y Reino,2020).

Culpabilidad: Otorga la responsabilidad de un hecho sobre sí mismos, o a los demás, omitiendo otros factores. Weezel (2018) como se citó en Montenegro (2021) manifiesta que la culpabilidad como un tipo de distorsión cognitiva, implica atribuir la responsabilidad de los hechos que se desarrollan a uno mismo o a las demás personas, sin tener un fundamento suficiente, suelen asumir la culpa de problemas ajenos, o mantener que los que se encuentran a su alrededor son responsables de su sufrimiento, el cual es un obstáculo para afrontar de manera eficaz la situación.

Los debería: Los individuos mantienen ideas nada razonables y reglas rígidas sobre cómo debe efectuarse el comportamiento de sí mismo o el de los demás. Martínez (2016) como se citó en Quito y Reino (2020) mantiene que este tipo de pensamiento implica reglas exactas con una tendencia a la exigencia acerca de cómo deben ser las cosas, asumiendo que si las cosas no siguen el curso exigido se vuelven insoportables.

Falacia de razón: Las personas aquí consideran que tienen la razón en todo, invalidando las opiniones de los demás, se creen el único conocedor de la verdad. Los individuos mantienen la conclusión de que sus ideas o fundamentos son superiores a la de los demás, valiéndose de cualquier recurso (Alvarez,2023).

Falacia de recompensa divina: Las persona con este tipo de distorsión mantienen la idea de que el mundo está obligado a recompensarlos, suelen creer que las situaciones conflictivas se solucionaran de forma espontánea. Se inclinan por buscar ayuda dentro del plano espiritual o divina que les facilite la manifestación de una situación positiva (Alvarez,2023).

2.2.1.3 Esquema Cognitivo

El concepto de “esquemas” fue propuesto por primera vez por Piaget Y Warden en 1926 como aquella estructura subyacente direccionada a la organización de percepciones que se generan sobre la realidad (Beck y Haigh,2014). Para Beck (como se citó en Camacho, 2003) los esquemas son patrones cognitivos consistentes que conforman la base de interpretaciones de la realidad. Las personas usan esquemas dirigidos a codificar, localizar, diferenciar y atribuir un significado a los datos que recetan del mundo.

Los esquemas cognitivos se encuentran relacionados con el origen de múltiples trastornos psicológicos puesto que distorsionan la información amplificando los datos que son aceptados por el esquema, negando la información que considera incongruente para el mismo (Sánchez et al.,2019).

Fernández (2009) como se citó en Álvarez (2023) define al esquema cognitivo como aquella estructura que puede contener una serie de normas dirigidas al ingreso (filtración) y codificación del entorno, atribuyendo que de ese modo uno de los patrones se activa cuando un estímulo afecta a la persona, trasformando los datos que percibe en pensamientos y percepciones.

Por su parte Hernández (2021) menciona que los esquemas negativos también conocidos como supuestos personales consisten en generar interpretaciones de la realidad, desde la carencia objetiva y la representación disfuncional, el ejercicio de los mismos se da al momento de ser ejecutado de manera constante, mismos que se identifican mediante el desarrollo de pensamientos automáticos que impulsan en desarrollo de emociones negativas.

Los esquemas negativos en los individuos pueden llegar a provocar que las personas cometan una serie de errores en el procesamiento de la información, o también llamados distorsiones cognitivas, que, por una parte, logran facilitar los sesgos que se producen a la hora de percibir la información recetada del entorno, y por otra permiten al individuo mantener aquella validez de sus creencias (Hidalgo, 2020).

2.2.1.4 Evaluación cognitiva: Richard Lazarus.

Richard S. Lazarus fue un psicólogo estadounidense, considerado uno de los más influyentes en su campo, se considera como un pionero en el estudio de la emoción y el estrés, resaltando la conexión que mantienen con la cognición. Lazarus toma en cuenta lo cognitivo y deja de lado la parte biológica (Peralta,2017).

Para Lazarus la evaluación cognitiva implica aquel proceso en el cual se evalúan e interpretan los acontecimientos de la vida, otorgándoles significado y relevancia a nivel emocional, dicha evaluación determina en gran medida la intensidad de las emociones. Los cambios en la valoración sobre un evento traerán consigo cambios significativos, puesto que también aquella respuesta emocional se verá alterada (Pérez y Redondo,2006).

Promovía de manera incansable la importancia de la emoción, haciendo especial énfasis en la relación emoción-pensamiento, volviéndose el eje central de la teoría del Dr., Lazarus en la cual se argumentó que antes de que una emoción tenga lugar, las personas crean una evaluación de forma automática e de manera inconsciente de lo que ocurre en el ambiente, y de lo que suponen (Peralta,2017).

El proceso de evaluación cognitiva involucra dos momentos: una evaluación primaria y una secundaria, la primera se orienta hacia la identificación de posibles consecuencias de una situación específica, dentro de las cuales se mencionan tres posibilidades: una evaluación irrelevante, benigno positiva y una evaluación estresante (implica daños, amenazas o pérdida), mientras que la evaluación secundaria se centra en estrategias, recursos y habilidades que faciliten el hacerle frente a la situación (Corona et al., 2023).

2.2.1.5 Pensamientos Automáticos.

Los pensamientos automáticos provienen de la teoría cognitiva desarrollada en el año de 1960, la cual se centró en la forma en que las personas recetan y/o procesan información y como esto afecta las emociones y posteriormente su comportamiento (Fierro,2023).

El primer autor en utilizar el término de “Pensamientos automáticos” fue Beck (1979) el cual los denomina como pensamientos evaluativos, breves y rápidos que usualmente no son resultado de un pensamiento de origen racional, sino más bien estos se presentan de forma automática y pueden manifestarse de manera verbal, visual o a través de representaciones graficas/imágenes (Morales,2020).

Camacho (2003) como se citó en Fiallos y Parra (2021) enfatiza que los pensamientos automáticos son aquella manifestación de las creencias que fluyen y se generan en el diario vivir, mismo que se presenta a modo de imágenes y palabras, se los acepta de forma absoluta sin ser sometidos a juicio puesto que, son breves y condicionan el afecto o la conducta; también son parcialmente consientes por medio de los diálogos internos del individuo que al volverse repetitivo configuran una estructura cognitiva.

Dicha estructura cognitiva fomenta la creación de esquemas que pueden ser funcionales o disfuncionales, mismos que al encontrarse en un nivel superficial de la cognición humana puede

volverse accesible para el paciente a la hora de adquirir un tratamiento, con la finalidad de identificarlos y realizar un análisis sobre cuán lógicos o reales son (Fiallos y Parra,2021).

Por su parte Oñate et al. (2023) alude que los pensamientos automáticos se originan una vez que el individuo se encuentra expuesto a una situación estresante, percibida como perjudicial, dichos pensamientos se encuentran reforzados por creencias arraigadas en el pasado, mismas que pueden ser atribuciones hacia sí mismo, personas de su entorno o a la vida en general.

De igual forma Cobeñas y Montenegro (2018) como se citó en Bermeo y Gonzales (2020) determinan que los pensamientos automáticos son diálogos internos que establece una persona a nivel mental, mismos que emergen a través de pensamiento e imágenes, las cuales se enlazan con estados emocionales fuertes; ansiedad, depresión, ira o euforia. De manera frecuente crean bases subjetivas de las cosas que pasan, siendo distorsionadas, a partir de la creación de una imagen errada o una interpretación de actos errónea.

2.2.1.6 Características de los pensamientos automáticos.

Muñoz et al. (2015) (como se citó en Hernández, 2021) explican que los pensamientos automáticos se caracterizan debido a lo siguiente: generan emociones de forma inmediata, espontánea e inconsciente, ante situaciones que expresa o manifiesta el individuo, dichos pensamientos pueden manifestarse de manera visual o verbal, con un impacto cercano a la credibilidad, al generar una serie de creencias que van acorde a la construcción de experiencia.

Espinoza (2018) menciona que un pensamiento de origen automático, es un diálogo interno no observable, que mantiene características comunes que pueden facilitar su identificación entre los cuales se encuentra: el ser inconscientes; debido a que se encuentran situados en un plano mental no consiente, son incuestionables; ya que actúan como afirmaciones inamovibles, son bloqueadores y contraproducentes; impiden el actual propio del individuo, propician reacciones emocionales negativas; puesto que la mayoría de dichos pensamientos mantienen contenido alarmista propician sentimientos negativos y estados de malestar de origen emocional.

2.2.2 Emociones

Las emociones forman parte esencial de la experiencia humana y juegan un papel muy importante en la vida diaria de las personas, por ejemplo, nos sentimos orgullosos cuando recibimos un premio por nuestras arduas horas de trabajo o podemos sentirnos enojados cuando llegamos a casa y todo se encuentra desordenado, las emociones van influenciando en nuestra percepción, nuestro pensamiento y nuestro comportamiento, Según Montero y Rosemary (2021):

El campo del estudio de las emociones sigue siendo muy poco explorado en Ecuador, a pesar de actualmente ya contar con mayor evidencia científica acerca de cómo el buen estado psicológico de los adultos mayores está relacionado con su conocimiento y reconcomiendo de las emociones. (p. 6)

Lo cual indica una poca atención en este sector de la población por parte de las instituciones nacionales.

2.2.2.1 Las Emociones según Richard Lazarus.

Las emociones se encuentran en todos los momentos significativos en nuestras vidas, experimentamos duelo por la pérdida de alguien y alegría por el nacimiento de un nuevo integrante. Lazarus (1990) planteó que las emociones tienen una fuerte influencia en cómo respondemos a ciertos eventos, la alegría nos impulsa a seguir en un trabajo o pasatiempo mientras que la tristeza nos empuja a buscar confort en otros mientras hacemos las paces con nuestro dolor.

En cualquier definición de las emociones, se necesita distinguir entre lo que se dice de las emociones y lo que se dice acerca de una emoción en específico, como lo es como ira, vergüenza, culpa, amor etc. Según el Diccionario de Psicología de Drevers (1952):

Los psicólogos coinciden en que la emoción es un estado complejo que involucra cambios físicos y mentales, como la excitación y los fuertes sentimientos, que a menudo conducen a un impulso hacia cierto comportamiento. Cuando la emoción es intensa, puede haber perturbaciones en las funciones mentales y una inclinación hacia la acción. (pp. 80-81)

Esta definición brinda cierto consenso descriptivo acerca del significado de las emociones y como estas conducen hacia las conductas.

Las distintas descripciones que se dan de las emociones son altamente compatibles, cada una hace énfasis en diferentes aspectos como los impulsos que generan las emociones fuertes o su relación con la percepción y el comportamiento. Estos tipos de puntos de vista concuerdan en que las emociones están diseñadas para afrontar encuentros entre personas y para reacciones básicas como asustarse por un trueno o sentir tristeza por una melodía melancólica (Ekman, 1999).

2.2.2.2 Tipos de Emociones

Paul Ekman describió una serie de características que sirven de gran ayuda para distinguir una emoción de la otra, estas también cuentan con descripciones de cada característica que sirvieron de ayuda para distinguir las entre sí. Ekman (1999) plantea que las emociones son universales y se mantienen en todas las culturas humanas y que tienen una base biológica innata.

Se conoce que las emociones se categorizan en dos, las primarias y las secundarias, el número puede variar dependiendo de la teoría, pero las más populares “THE BIG 6” usada por Ekman en 1969 en su investigación por el reconocimiento de las emociones a través de las expresiones faciales, estas están conformadas por la felicidad, tristeza, miedo, sorpresa, disgusto e ira.

2.2.2.2.1 Características Que Distinguen A Las Emociones.

Paul Ekman describe una serie de características que pueden ser de mucha ayuda al momento de distinguir una emoción de otra, entre una de ellas se encuentran las expresiones faciales. Según Ekman (1999):

Si las emociones básicas evolucionaron para asistirnos en las tareas cotidianas, no solo deberían informarnos sobre lo que está ocurriendo a través de las expresiones faciales, sino que también deberían provocar cambios fisiológicos que preparen al organismo para responder de manera distinta en diferentes estados emocionales. (p. 138)

Entonces se puede inferir que las emociones básicas no solo tienen función comunicativa si no también juegan un papel importante en la parte fisiológica para responder a diversas situaciones emocionales.

2.2.2.3 Emociones primarias.

Las emociones primarias o también denominadas básicas y puras se logran reconocer con una expresión facial distintiva y estas se inician con rapidez y duran segundos cada vez. Según Vivas et. al (2014):

No existe cultura en las que las emociones primarias estén ausentes, estas no son adquiridas con el aprendizaje, sino que son parte de la naturaleza humana, lo cual se demuestra en la presencia de expresiones faciales en personas que nacieron ciegas. (p. 23)

Estas emociones están codificadas en nuestros circuitos nerviosos debido a los genes y no a través de nuestra cultura, a continuación, se dará una breve conceptualización de cada una de ellas.

1. Alegría

Esta emoción surge cuando evaluamos una situación como positiva y congruente con nuestros objetivos y valores. La alegría implica una evaluación positiva de la situación y puede estar acompañada de sentimientos de satisfacción, placer y bienestar. La alegría es un estado emocional agradable, tiende a englobar sentimientos desde la satisfacción hasta la euforia. Según Ekman (como se citó Agudelo y Torres, 2020):

El movimiento facial que suele acompañar la experiencia emocional de la alegría incluyen la elevación de las mejillas y la aparición de arrugas en la esquina de los ojos, también conocida como “patas de gallo”. (p. 30)

Esta emoción se asocia a metas cumplidas, también se asocia a producto de que la valoración del sujeto ha dado un progreso deseado.

2. Tristeza

La tristeza surge cuando evaluamos una situación como negativa y como una pérdida significativa en relación con nuestros objetivos y valores. Esta emoción implica una evaluación de que algo valioso ha sido perdido o está en peligro, y puede manifestarse con sentimientos de pesar, desesperanza y melancolía. Según Vivas et. al (2014):

Esta es una emoción que se presenta como respuesta a eventos no placenteros, indicando una pesadumbre o melancolía, esta representa una forma de desagrado originada por una frustración de un deseo urgente cuyo deleite se percibe como imposible, esta emoción puede ser causada por factores como la pérdida, el fracaso y la decepción. (p. 26)

Esta emoción también se asocia los términos; asimiento, melancolía, vergüenza, desanimo infidelidad, desaliento, condolencia.

3. Miedo

El miedo se activa cuando evaluamos una situación como amenazante o peligrosa para nuestra seguridad o bienestar. Esta emoción implica una evaluación de riesgo y puede estar acompañada de una respuesta de alerta o preparación para enfrentar la amenaza. Según Ferreras (2013), “Podemos tener un miedo ante un peligro que consideramos real o ante uno que nosotros podemos interpretar como peligroso” (p. 15). Esta emoción se considera la más primitiva.

4. La ira

La ira surge cuando evaluamos una situación como injusta, frustrante o amenazante para nuestros objetivos y valores. Esta emoción implica una evaluación de que se ha infringido una norma o se ha obstaculizado nuestro progreso, y puede manifestarse con sentimientos de indignación, enojo y agresión. “La ira es una emoción primaria y negativa que se presenta ante situaciones percibidas como injustas o que amenazan los valores morales y la libertad personal” (Vivas et. al, 2014, p. 26). Esta surge cuando hay un control externo o coacción sobre nuestro comportamiento, esta emoción produce efectos subjetivos o sentimientos de irritación, enojo, furia y rabia.

5. Sorpresa

La sorpresa se produce cuando evaluamos una situación como inesperada o novedosa. Esta emoción implica una evaluación de que algo ha ocurrido de manera inesperada o fuera de lo común, y puede estar acompañada de una reacción de asombro, desconcierto o interés, esta emoción se considera la más breve de las emociones. Según Vivas et. al (2014):

Esta emoción es una reacción ante algo imprevisto o inusual, como un trueno o una celebración inesperada, se manifiesta cuando ocurren interrupciones en la actividad inusual, la función principal de esta emoción es preparar al individuo para enfrentar los eventos inesperados y sus consecuencias. (p. 27)

En términos generales la sorpresa se puede transformar en otra emoción ya que esta actúa como una respuesta rápida y breve, preparando al individuo a su proceso de adaptación para luego transformarse en otra emoción dependiendo del contexto y las implicaciones del evento.

6. Desagrado

El desagrado surge cuando evaluamos una situación como aversiva o desagradable para nosotros. Esta emoción implica una evaluación de que algo es desagradable o repulsivo, y puede manifestarse con sentimientos de repulsión, disgusto o incomodidad. “El desagrado se presenta cuando nos encontramos en una situación que nos genera intranquilidad e insatisfacción, esto se manifiesta a través de señales de escape, rechazo y repulsión” (Ortiz, 2017). El desagrado también se manifiesta de manera conductual probando rechazo y repulsión.

2.2.2.4 Emociones secundarias.

Por otra parte, se conoce a las emociones secundarias, estas no son básicas ni tampoco universales y se desarrollan como consecuencia de la interacción del ser humano con el entorno. Según Ferreras (2013):

Las emociones secundarias pueden variar según el contexto social y el grupo en el que se desarrolle el sujeto, estos incluyen aspectos de la valoración de la conducta propia, por lo cual estas emociones aparecen después de las emociones primarias. (p. 17)

La principal característica de las emociones secundarias es su relación con las normas propias de la sociedad.

Las emociones secundarias también se conocen como emociones socio-morales, esto debido a que están relacionadas con las experiencias culturales de una persona. Alonso et al. (2006) plantean que las emociones secundarias se dan por la prolongación de las emociones primarias y en otras surgen a partir de combinaciones de las mismas. Estas emociones no tienen expresiones faciales ni tendencias concretas o acción.

Es así como las emociones más complejas se derivan de la mezcla de las emociones principales de diferente intensidad. Según Lazarus (como se citó en Alonso et al. 2006) “Las principales emociones secundarias son la culpa, la vergüenza, la ansiedad, y los celos” (p. 48). En este sentido siguiendo a Lazarus y a su clasificación podemos determinar que cada una de estas emociones poseen sus propias características las cuales son:

1. Culpa

La culpa surge cuando un sujeto considera que ha cometido un error o ha fallado a sus valores o creencias personales, Según Novas y Bozal (como se citó en Alonso et al. 2006) “La culpa se origina en la autoevaluación negativa que una persona tiene de su propia conducta en una situación en particular” (p. 19). La culpa suele asociarse con dos tipos de situaciones, culpa interpersonal que es cuando se comete una falla a una tercera persona y la culpa intrapersonal que es cuando se contradice el propio sentido de lo que se “debe” ser.

2. Vergüenza

Similar a la culpa, la vergüenza también puede desafiar el sistema de valores personal. “la vergüenza surge de la percepción o realidad de la desaprobación de otros cuando no se cumplen ciertos estándares o expectativas que nosotros hemos establecido” (Alonso et al, 2006, p. 19). Es por esto que en la vergüenza el foco principal es uno mismo.

De este modo la vergüenza resulta ser una experiencia muy desagradable. Según Echebarria (2008) “Un aspecto claro entre la culpa y la vergüenza radica en sus efectos en las acciones, mientras que la culpa motiva a confesar, pedir perdón, la vergüenza impulsa a querer

escapar de la situación” (p. 13). Teniendo esto en cuenta podría considerarse que la culpa es una emoción más positiva y con un valor moral.

3. La ansiedad

La ansiedad es una respuesta emocional compleja que puede manifestarse como un estado de inquietud, miedo anticipatorio o tensión frente a situaciones percibidas como desafiantes o amenazantes. Según Lazarus (como se citó en Virues, 2006) “La ansiedad es un estado presente en todos los individuos, y en circunstancias normales, puede mejorar el desempeño y la capacidad de adaptación en entornos laborales”.

Esta emoción se caracteriza por un estado de conmoción, intranquilidad e inquietud, muy parecida a la producida por el miedo. Según Vivas et. al (2014):

Al igual que todas las emociones la ansiedad es un producto de los procesos adaptativos y reacciones defensivas que garantizan la supervivencia humana, existen dos tipos de ansiedad; la ansiedad inespecífica, la cual no se encuentra asociada a estímulos concretos y la ansiedad específica que es provocada por un estímulo en particular. (p. 27)

Esta emoción produce sentimientos subjetivos de tensión, nerviosismo, malestar, preocupación e incluso puede llegar a provocar sentimientos de pavor o pánico.

4. Celos

Los celos son la respuesta emocional ante la percepción de amenaza en una relación importante, ya sea real o imaginaria, debido a la intervención de otra persona. Según White y Mullen (como se citó en Alonso et al. 2006) “Los celos no se limitan a una sola emoción, si no que abarcan una variedad de pensamientos, sentimientos y acciones” sin embargo su clasificación como una emoción es objeto de debate debido a la escasez de investigaciones fuera del ámbito en las relaciones de pareja.

2.2.2.5 Función de las Emociones.

Todas las emociones permiten que el sujeto ejecute con eficacia las respuestas conductuales apropiadas, incluso las emociones menos agradables tienen funciones importantes

en la adaptación social y el ajuste personal. Según Reeve (como se citó en Chóliz, 2005), las emociones cumplen tres funciones principales, las cuales son:

- a. Funciones adaptativas
- b. Funciones sociales
- c. Funciones motivacionales

Las funciones adaptativas son las más importantes ya que la relevancia de estas como mecanismo adaptativo ya ha sido puesta en la mira en las investigaciones anteriormente por Darwin, quien argumentó que las emociones sirven para facilitar una conducta apropiada. “También esta función está dirigida a preparar a las personas para que ejecuten la conducta exigida por las condiciones ambientales” (Chóliz, 2005, p. 4). Es por esto que las investigaciones de Darwin tuvieron gran impacto en estas funciones.

Otra gran función de las emociones es la de facilitar las conductas apropiadas. Según Chóliz (2005) “Dado que una de las funciones es la manifestación de comportamientos adecuados, expresarlas permito a los demás anticipar como actuaran, lo que resulta en una dinámica de relaciones interpersonales” (p. 5). Por ejemplo, emociones como la ira pueden generar respuesta de evitación o de confrontación mientras que la felicidad genera vínculos sociales más fuertes.

Las emociones dan impulso a una función adaptativa específica, haciendo que se realice con mayor energía, cada emoción cumple con una función adaptativa específica, la cólera facilita respuestas defensivas, la alegría promueve la interacción social. Chóliz (2005) plantea que la unión entre la emoción y la motivación es estrecha, ya que se encuentran presentes en cualquier acción que realicemos. Es así como estas juegan un papel en la ejecución de las acciones, Por ejemplo, El miedo nos prepara para enfrentar el peligro mediante la huida, la evitación, el afrontamiento o la protección. La tristeza, por otro lado, nos impulsa hacia la reintegración personal, la introspección y la reconciliación. La ira nos provee de recursos para la autodefensa o el ataque, mientras que la alegría nos orienta hacia la acción, la afiliación y el pensamiento flexible. La sorpresa nos invita a detenernos y enfocarnos en lo imprevisto, y el asco o aversión nos lleva al rechazo o la evitación de lo perjudicial.

2.2.2.6 Emociones Negativas.

Tal y como ya hemos visto, las emociones son reacciones psicofisiológicas antes circunstancias relevantes desde un punto de vista adaptativo, estas nos pueden ayudar a indicar peligro, amenaza, pérdida, daño, novedad etc. Según Rodríguez (2009):

Estas reacciones son universales, en gran medida autónomas de la cultura, y generan modificaciones en la experiencia afectiva (dimensión cognitivo-subjetiva), en la activación fisiológica (dimensión fisiológica-adaptativa) y en el comportamiento expresivo (dimensión conductual-expresiva). (p. 86)

Las emociones negativas son universales y, en gran medida, independientes de la cultura. Estas emociones generan cambios en la dimensión cognitivo-subjetiva, en la activación fisiológica y en el comportamiento expresivo.

Las emociones negativas son aquellas que implican experiencias subjetivas desagradables. Estas emociones suelen asociarse con situaciones percibidas como amenazantes, dolorosas o estresantes, y pueden tener efectos adversos en el bienestar emocional y físico de una persona si persisten o se experimentan con frecuencia. Según Alonso et al. (2006) “Las emociones negativas surgen cuando realizamos una evaluación desfavorable de nuestro bienestar. Dentro de esta clasificación se encuentran emociones como el miedo, la ira, la tristeza, la culpa, la vergüenza, la envidia, los celos, el disgusto, entre otras” (p. 50).

2.2.3 Paradigmas del condicionamiento clásico y operante en el contexto de las distorsiones cognitivas

2.2.3.1 Condicionamiento Clásico y cognición.

El condicionamiento clásico o reactivo enfatiza cómo un estímulo en el contexto situacional evoca respuestas emocionales. Varias respuestas de Origen emocional son provocadas por estímulos determinados; en dicho sentido los pensamientos generan las respuestas reflejas ante situaciones específicas, dentro de paradigma del condicionamiento clásico se estima que los pensamientos actúan como estímulos en cubierta, que se encargan de activar reacciones emocionales, entre las cuales la más destacada es la ansiedad (Rivadeneira et., al. 2008).

Si un paciente sufre un ataque de pánico y cree que esto le provocará un infarto, el miedo experimentado será muy fuerte y lo llevará a evitarlo, por ejemplo, a evadir la actividad física. El

pensamiento: “La actividad física me puede provocar que un ataque cardíaco” se vuelve un factor mediador entre el estímulo (correr en el parque) y la respuesta (ansiedad). Si un psicólogo sugiere que un paciente realice una actividad física, pero no reestructura el pensamiento distorsionado, es probable que el paciente no pueda o no quiera aceptar la instrucción (Rivadeneira et., al.2008).

2.2.3.2 Condicionamiento operante y cognición

El condicionamiento operante se encuentra inmerso en el aprendizaje de las relaciones que implican la conducta y las consecuencias efectuadas por las mismas, la idea básica es que la conducta puede aumentar o descender su probabilidad de ocurrencia en base a los estímulos que sean relacionados entre sí, Rivadeneira et., al (2008) establece la siguiente explicación:

Por ejemplo, si una persona reprobó un examen, la próxima vez al estar presente para una evaluación probablemente aumentará los pensamientos sobre las consecuencias negativas que podrían surgir. Así, cogniciones como “no”, “ya voy” o “van a estar temas que no sé” reflejan las expectativas de consecuencias negativas sobre el propio desempeño.

Para poder definir de forma clara la influencia de la cognición, se debe evaluar la relación de los resultados del comportamiento a través del análisis de probabilidad, es así que continuando con ello: en el ejemplo antes mencionado se trata de determinar si la predicción cognitiva que mantiene el sujeto se ve respaldada por las condiciones del ambiente, o si por el contrario se trata de una distorsión.

El paciente indica al terapeuta cuántas pruebas le han realizado, mostrando cuántas fallas ocurrieron durante un período de tiempo específico, es así que a 36 exámenes en los últimos 3 años sólo ha fallado una vez la probabilidad de fallar en los siguientes son naturalmente pequeños en cantidad, menos del 3%.

Entonces, para llegar a esta conclusión necesitamos evaluar el desempeño, es decir, la relación existente entre el comportamiento de aprendizaje y las calificaciones; el resultado. Como puede ver en este ejemplo, el rendimiento fue bueno, pero aun así persiste inquietud, es así que se determina que la razón por la que la ansiedad persiste antes de un examen es porque la persona cree que "no puede hacerlo" manteniendo pensamientos como “fracasare”, de tal forma que se concluye que se producen distorsiones cognitivas que mantienen el problema.

2.2.4 Distorsiones cognitivas y su relación con las emociones

Rivadeneira et., al (2008) destaca que varias de las respuestas de origen emocional que se desatan en una persona son provocados por estímulos específicos, en este contexto, los pensamientos mismos que se definen como aquella respuesta refleja ante situaciones específicas.

Partiendo de la información obtenida se asevera que las distorsiones cognitivas son creencias o ideas irracionales que se generan a partir de la percepción que el ser humano tiene sobre su realidad, a partir de la Teoría de Lazarus queda demostrado que los procesos cognitivos, principalmente la evaluación cognitiva que realiza un individuo sobre un acontecimiento, es la principal puerta a generar una emoción. Dentro de la cual se manifiesta que si se valora una situación como perjudicial se vuelven visibles las emociones dañinas o negativas.

Es así que, en el contexto de las distorsiones cognitivas, una emoción queda definida como una respuesta de origen afectivo que emerge a la superficie como el resultado de pensamientos sesgados o irracionales, mismos que originan la perturbación emocional que se presenta el individuo, las emociones y las distorsiones están relacionadas a través del proceso de la evaluación cognitiva, es aquí donde la percepción del adulto mayor influye con la respuesta emocional, las emociones resultantes de las distorsiones afectan el malestar psicológico, también pueden influir en el comportamiento y las relaciones interpersonales.

CAPITULO III-. METODOLOGÍA

3.1 Tipo y diseño de investigación

3.1.2 *Investigación Descriptiva*

Las investigaciones descriptivas sirven para medir de manera independiente la conceptualización o variables que se están estudiando. Según Sampieri (2006), “Aunque, por supuesto, pueden combinar las mediciones de cada una de estas variables para describir la naturaleza y la manifestación del fenómeno en cuestión, su propósito no es mostrar la relación entre las variables medidas” (p. 61). Su principal objetivo se centra en especificar propiedades, características, del fenómeno para que sea sometido a un análisis.

Por su parte Martínez (2018) menciona que la investigación de carácter descriptivo implica un tipo de procedimiento que usualmente se usa para describir las características del fenómeno, sujeto o población que se está estudiando, A diferencia del método analítico, este tipo de investigación no busca describir el porqué del fenómeno, sino más bien se limita a observar lo que sucede sin buscar una posible causa.

De igual forma, según M, García y M, García (s, f) un tipo de investigación descriptiva implica describir una situación de ámbito real dentro de un margen natural, a través de la observación sistemática valiéndose o no de preguntas dirigidas a un grupo de personas, con la finalidad de obtener información, sobre puntos de vista, conductas o circunstancias del plano estudiado. Dentro de esta investigación se integran las también llamadas encuestas en la cual se obtiene información relevante para el estudio.

Cabe mencionar, que también se usará un enfoque de tipo cuantitativo para la respectiva evaluación de las variables, este tipo de investigación nos ayudará a describir los fenómenos, probar la hipótesis ya establecida y también servirá para cuantificar los aspectos de los fenómenos estudiados facilitando su evaluación, Según Sampieri et al. (2006), “El enfoque cuantitativo usa la recopilación de datos para probar hipótesis, establecer patrones y probar teorías” (p. 5). Con este enfoque se puede medir y fragmentar los datos para responder al planteamiento del problema.

Monje (2011) menciona que la metodología cuantitativa forma parte de los cuerpos de carácter teórico que han sido recibidos por parte de la comunidad científica en los cuales se

desarrolla una hipótesis referente a las relaciones entre las variables que conforman el problema que se desea estudiar. La constatación de la misma se la realiza por medio de la recopilación de información cuantitativa guiada por concepciones empíricas derivadas de definiciones teóricas usadas para plantear la hipótesis conceptual.

El análisis de dicha información debe determinar el nivel de significación de las relaciones impuestas entre variables, el procedimiento que se desarrolla es hipotético deductivo puesto que en ello se realiza la formulación de la hipótesis a partir de la teoría, que va a la par con la Operacionalización de variables, la recolecta y el procesamiento de datos además de la interpretación de cada uno de ellos.

Los datos de origen empírico conforman la base para la prueba de las hipótesis formuladas y los modelos teóricos impuestos por parte del investigador. En el enfoque cuantitativo la medida y la cuantificación de los datos obtenidos conforma parte del proceso necesario para alcanzar la objetividad en el proceso de arduo saber y conocimiento, aquella búsqueda se dirige a establecer promedios a través de las características del número de personas implicadas en el estudio (Monje, 2011).

3.1.3 Diseño de Investigación

El diseño de esta investigación es de carácter no experimental de corte cuantitativo, debido a que permitirá la recolección de datos numéricos facilitando la descripción de los resultados adquiridos a través del mismo. Se considera una investigación no experimental puesto que en la investigación no se manipularán las variables, únicamente serán observadas para establecer la influencia de la una sobre la otra, a través de instrumentos dirigidos a evaluar las mismas.

Martínez (2013) menciona que el problema de la investigación científica es demostrar la validez empírica de una investigación, y que por ello el diseño debe detallar cada paso del proceso, ya que a través de él se conseguirá nuevo conocimiento. Por su parte Sabino (1992) enfatiza que el diseño que implica una investigación se ocupa de obtener y proporcionar un modelo verídico que permita contrastar hechos y postulados teóricos a través de los procesos necesarios para conseguir el objetivo del investigador.

3.2 Operacionalización de las variables

Tabla 1.- Operacionalización de las variables

Operacionalización de las variables

Variables	Definición conceptual	Dimensión	Indicador	Instrumento
Variable independiente Distorsiones cognitivas	Las distorsiones cognitivas son comprendidas como la existencia de un error en el procesamiento de la información los cuales surgen de los esquemas cognitivos o presunciones personales (Beck,1995), citado por Ruiz et al., (2012).	Cognitiva	Abstracción selectiva Pensamiento polarizado Sobre generalización Interpretación de pensamiento Visión catastrófica Personalización Falacia de control Falacia de justicia Falacia de cambio Razonamiento emocional Etiquetas globales Culpabilidad Deberías Tener razón Falacia de recompensa divina	Inventario de Pensamientos Automáticos “IPA”
Variable dependiente Emociones	Una emoción es una respuesta significativa que experimenta un individuo a partir de un acontecimiento, donde la valoración que se le otorga juega un rol importante.	Emocional	Estado emocional: emociones de Carácter positivo y negativo	de Escala de Afectividad “PANAS”

Dicha valoración no solo depende de lo que se desarrolle en el entorno, sino también de los acontecimientos internos (Lazarus, 2000, p. 27).

Nota. Realizado por Montero Lucia y Tomalá Carlos (2024)

3.3 Población y Muestra

3.3.1 Población

La población está compuesta por 100 adultos mayores residentes del cantón Montalvo, provincia de los Ríos, periodo 2024.

3.3.2 Muestra

La muestra para este estudio consistió en un total de 53 adultos mayores del Centro Gerontológico del cantón Montalvo, mismo que se adquirió por medio del muestreo probabilístico en la cual se aplicó un intervalo de confianza del 90% (z) con un margen de error del 0.08 (e), y un grado de éxito (p) y probabilidad de fracaso (q) del 0,5; dicho calculo asegura resultados significativos y aplicables a la población en general.

N: Total de población 105

P= probabilidad de éxito 0,5

Q= probabilidad de fracaso 0,5

Z= intervalo de confianza 90%

E= margen de error (8% =0.08)

$$n = \frac{105 * 0.5 * 0.5 * \cdot 90^2}{90^2 * 0.5 * 0.5 + (105 - 1) * 0.08}$$

3.4 Técnicas e Instrumentos

3.4.1 Técnicas

Hernández (2003;2014) define a las técnicas de una investigación como el conjunto de procesos y métodos que se emplean con el objetivo de recolectar, analizar e interpretar información; dentro del enfoque cuantitativo las técnicas de recolección responden a: cuestionarios cerrados, registros de datos estadísticos, aparatos de precisión, pruebas estandarizadas etc. Debido a ello y teniendo en cuenta que la investigación se rige por un enfoque cuantitativo se opta por usar pruebas estandarizadas para la evaluación de las variables implicadas en el estudio.

Bunge, 1979:19 (como se citó en Gómez,2021) menciona que las técnicas en una investigación implican aquel procedimiento que los investigadores siguen con la finalidad de poder obtener todos los datos necesarios para crear una aproximación de lo que se está estudiando, la importancia del mismo radica en que implican aquella garantía por parte de la científicidad, la aplicación de las técnicas es lo que asegura la validez científica de la investigación, y posteriormente del conocimiento que se extrae, en la medida en que la ciencia lo permite.

De igual forma Maya (2014), concuerda con las anteriores conceptualizaciones puesto que, para este autor las técnicas de investigación son un conjunto de procedimientos bien organizados que guían al investigador en la tarea de incrementar el conocimiento y el planteamiento de nuevas líneas de investigación, aseverando que pueden ser utilizadas por cualquier miembro del conocimiento que busca pensar y comprender el conocimiento científico de hechos y acontecimientos que nos rodean.

Por su parte Miñan (2024) menciona que según Maxine Green las técnicas de investigación corresponden a procesos y procedimientos empleados para recopilar y analizar información, dentro de ello se hace énfasis en su libro “Liberando la imaginación” en el cual las técnicas específicamente en la investigación son consideradas importantes para poder comprender el mundo y tomar decisiones.

3.2.2 Instrumentos

Según Zapata (2022) un instrumento recolector de datos o información relevante es un recurso importante en cuanto a metodología puesto que a través de los instrumentos se plasma un conjunto de reactivos, en un material digital o impreso e inclusive un formato estándar, mediante el cual se pretende coleccionar, registrar y guardar aspectos fundamentales del estudio que se está realizando, recogidos de las fuentes adecuadas, Hernández et., al (2014) afirma que al hablar de un instrumento se debe tener en cuenta que se trata de un recurso del investigador direccionado a recopilar información o datos sobre las variables que considera (p.199).

Lama et., al (2021) menciona que cada instrumento se encuentra diseñado para una única función, aunque esto no suele ser así puesto que se emplea con diferentes usos. El investigador utiliza uno de ellos porque tiene algunas ventajas frente a la vigilancia sin herramientas, es decir, realizada por motivos dentro del marco de la praxis y no porque esté ordenada según un teórico en particular.

Estos motivos son: facilitan el registro continuo y homogéneo de los acontecimientos implicados en el análisis, permiten mejorar la exactitud de las observaciones, algunos instrumentos conocen fenómenos que los sentidos del ser humano son incapaces de descubrir, brinda la capacidad de lograr replicabilidad o verificabilidad del conocimiento científico, por ultimo un instrumento usa técnicas empleadas por otros investigadores que posibilitan la identificación de un patrón. (Chowdhury et., al, 2019; Bandalos, 2018).

Escala de Pensamientos Automáticos de Lujan y Ruiz (1991)

La escala de pensamientos automáticos fue creada a partir de la propuesta de Beck, en ella se describen distintos pensamientos asociados a los 15 tipos de distorsiones cognitivas, este instrumento facilita la posibilidad de identificar cuáles son los pensamientos repetitivos que puede tener una persona y como estos revelan los tipos de distorsiones.

El cuestionario refleja 45 enunciados que permite identificar los 15 tipos de distorsiones cognitivas: filtraje, pensamiento polarizado, sobre generalización, interpretación del pensamiento, visión catastrófica, personalización, falacia de control, falacia de justicia, razonamiento emocional, falacia de cambio, etiquetas globales, culpabilidad, los debería, falacia de razón y falacia de recompensa divina, la cual los participantes deben calificar según la frecuencia con la que se presenta cada pensamiento. Las respuestas comúnmente se dan en una escala Likert, dicho instrumento ha mostrado gran nivel de confiabilidad y validez en distintas regiones latinoamericanas y exteriores (Campoverde,2019).

Escala de afecto positivo y negativo (PANAS)

El PANAS es un instrumento de auto informe creado por Watson, Clark y Tellegen en 1988, el cual se compone por 20 palabras que describen múltiples emociones. El instrumento evalúa dos factores de carácter esencial del estado emocional; emociones de carácter positivo y emociones de carácter negativo, con la finalidad de indagar en la inestabilidad emocional del individuo.

En la escala PANAS “versión adultos mayores” los adjetivos se representa en una escala Likert, en la cual la persona evaluada deberá responder de acuerdo a como siente, señalando el baremo del 1 al 5, donde 1 significa “nada” y 5 “siempre/mucho”, es decir, se responde en función de cómo el participante experimenta cada una de las veinte emociones que componen la escala (Garcia,2017).

3.5 Procesamiento de datos

3.5.1 Distorsiones cognitivas

Tabla 2.- Datos obtenidos de la aplicación de la Escala de Pensamientos Automáticos de Lujan y Ruiz

Datos sobre las Distorsiones Cognitivas en los adultos mayores del cantón Montalvo en el año 2024

Indicadores	Frecuencia	Porcentaje
Filtraje	11	20.75%
p. polarización	3	7.55%
Sobre generalización	6	11.32%
Interpretación de pensamiento	2	3.77%
Visión catastrófica	4	7.55%
Personalización	1	1.88%
Falacia de control	3	5.66%
Falacia de justicia	3	5.66%
Razonamiento emocional	0	0%
Falacia de cambio	4	7.55%
E. globales	0	0%
Culpabilidad	1	1.88%
Los debería	1	1.88%
Falacia de razón	2	3.77%
Recompensa divina	12	22.64%
Total	53	100,00%

Nota. Test aplicado a la población de adultos mayores (2024).

Análisis de los resultados

A partir de los resultados obtenidos a través de la Escala de Pensamientos Automáticos “IPA”, se puede observar que el 20.75% de los usuarios (11 usuarios) tienden a experimentar pensamientos de filtraje lo cual implica ver el lado negativo a los acontecimientos que se presentan en sus vidas, el 7.55% (3 usuarios) manifiestan pensamientos polarizados, indicando que optan por ser extremistas con aquellos eventos en los que se encuentran involucrados, por otra parte el 11.32% (6 usuarios) tienden a realizar juicios absolutistas de su realidad, el 7.55% (4 usuarios) proyectan

su futuro de una manera catastrófica, muchos de ellos atribuyen ese tipo de pensamiento a las enfermedades que padecen, 1.88% (1 usuario) se atribuye la culpa de lo que sucede en su entorno sin ver los demás factores existentes, en cuanto a la falacia de control se apreció un total de 5.66% (3 usuarios) que de forma frecuente y a pesar de que se encuentran al cuidado de una persona externa (hijos/ familiares) creen tener el control absoluto de lo que pase o deje de pasar en sus vidas, de igual manera el 5.66% (3 usuarios) presentaron falacia de justicia a través de la cual priorizan sus deseos por encima de todo, en torno al razonamiento emocional no se encontró rastro de que algún adulto mayor tienda a experimentarlo, al igual que las etiquetas globales, no obstante en cuanto a la falacia de cambio se puede apreciar que el 7.55% (4 usuarios) suelen tener este tipo de pensamiento mediante el cual relacionan el cambio de sí mismos o las personas de su alrededor con su bienestar , con respecto a la culpabilidad y los debería se registra un 1.88% (1 usuario) , mientras que el 3.77% (2 usuarios) manifiestan un pensamiento de falacia de razón al afirmar saber mucho más que los demás, por último el 22.64% (12 usuarios) presentaron pensamientos en relación a la recompensa divina, en su mayoría los adultos mayores realizaron énfasis en la religión, y la paz eterna, acogiendo aquel termino como la recompensa que merecen.

Es así que a través del análisis de la Escala IPA queda evidenciado que en su mayoría la población adulta mayor tiende a experimentar pensamientos en relación a la recompensa divina, distorsión cognitiva que implica esperar que las situaciones se arreglen por si solas, sin intervenir en la misma a través de la búsqueda de soluciones, seguido del filtraje distorsión en la cual el individuo resalta todos los aspectos negativos presentes en su vida.

3.5.2 Tabla de emociones

Tabla 3.- Datos sobre las Emociones negativas

Datos sobre las Emociones negativas en los adultos mayores del cantón Montalvo en el año 2024

Indicadores	Frecuencia	Porcentaje
Disgusto/Enfadado	10	18.87%
Culpable	6	11.32%
Temeroso	4	7.54%
Enojado	6	11.32%
Irritado	6	11.32%
Tenso	11	20.75%
Avergonzado	2	3.77%
Nervioso	4	7.54%
Intranquilo	3	5.66%
Asustado	1	1.89%
Total	53	100,00%

Nota. Test aplicado a la población de adultos mayores (2024).

Análisis de los resultados

Mediante la Escala de Afecto Positivo y Negativo “PANAS”, se pudo apreciar que, en cuanto a las emociones de carácter negativo, las más predominantes fueron las descripciones de “enojado” / “irritado” con un total de 22.64% mismas que refuerzan la presencia de emociones negativas presentes en los adultos mayores que asisten al Centro Gerontológico del Cantón Montalvo, de igual manera a través de la escala se encontró que la segunda emoción de carácter negativo predominante posterior a la antes mencionada, es la que implica la tensión “Tenso” misma que obtuvo un total del 20.75% en porcentaje haciendo alusión al estrés e inquietud de la

población adulta mayor, la tercera emoción negativa más repetida dentro de los indicadores fue “disgusto”/“enfado” con un total del 18.87%, lo cual sugiere una insatisfacción de parte de los adultos mayores, desembocándose en una irritabilidad dentro de sus entornos de convivencia, “temeroso”/“nervioso”/“intranquilo” por su parte recibieron un 15, 08% del total de participantes, esto indica una posible presencia de miedo o ansiedad por parte de la población, por otra parte “culpable” obtuvo un total de 11,32% de respuestas extraídas de la escala, mientras que “avergonzado” recibió un 3,77% implicando una posible sensación de vergüenza o humillación en las vidas de los adultos mayores.

Tabla 4.- Datos sobre las Emociones Positivas

Datos sobre las Emociones Positivas en los adultos mayores del cantón Montalvo en el año 2024

Indicadores	Frecuencia	Porcentaje
Interesado	7	13.21%
Dispuesto	4	7.55%
Animado	5	9.43%
Enérgico	4	7.55%
Entusiasmado	5	9.43%
Orgullosa	4	7.55%
Inspirado	5	9.43%
Decidido	5	9.43%
Atento	9	16.98%
Activo	5	9.43%
Total	53	100,00%

Nota. Test aplicado a la población de adultos mayores (2024).

Análisis de los resultados

Los resultados indican que el 13.21% de los adultos mayores se sienten interesados en diversas actividades o aspectos de su vida diaria. Este sentimiento puede reflejar un estado de curiosidad, atención y participación activa en su entorno. Un 7.55% de los adultos mayores se sienten dispuestos, lo que sugiere una actitud positiva hacia la disposición para realizar actividades,

colaborar o participar activamente en distintos aspectos de su día a día. Con un 9.43% de frecuencia, los adultos mayores reportan sentirse animados, lo cual indica un estado emocional positivo caracterizado por un ánimo elevado, entusiasmo y energía para enfrentar sus actividades y relaciones social, El 7.55% de los encuestados se sienten enérgicos, revelando una sensación de vitalidad y dinamismo físico y mental, lo cual es crucial para mantener una buena calidad de vida en la edad adulta mayor. un 9.43% de los adultos mayores experimentan entusiasmo, lo que implica un estado emocional positivo marcado por la emoción, el interés y la anticipación positiva hacia diversas actividades, eventos o experiencias. Con un 7.55%, los adultos mayores se sienten orgullosos, lo que puede estar relacionado con logros personales, satisfacción por sus capacidades o la valoración positiva de sus contribuciones y roles en la comunidad. El 9.43% reporta sentirse inspirado, indicando que encuentran motivación y estímulo en diversas fuentes, como actividades creativas, relaciones significativas o experiencias que alimentan su sentido de propósito y bienestar. Con un 16.98%, la atención es la emoción más frecuente entre los adultos mayores, lo que indica un alto nivel de concentración, vigilancia y capacidad para mantenerse enfocados en sus actividades cotidianas y relaciones interpersonales.

3.6 Aspectos éticos

La investigación se direcciona a poner en prueba las hipótesis o sacar conclusiones que contribuyan a generar conocimiento con respecto a una temática, considerándose un componente esencial e indispensable para el desarrollo de la sociedad (Salazar et al.2018). Dentro de la investigación la ética predispone que aquella práctica de la ciencia sea realizada conforme a principios existentes que aseguren el avance del conocimiento, y posteriormente la mejora de la condición de la vida humana y la sociedad.

A través de la ética se busca garantizar el respeto para todos los involucrados, principalmente a los beneficiarios de la investigación, otorgando a la autonomía de su voluntad en la participación la correspondiente protección y privacidad de sus datos; confidencialidad, característica que debe ser propia de todo investigador.

Álvarez (2017) menciona que en los seres humanos aquella ética de la investigación es reforzada a través de tres principios considerados básicos, base de todas las reglas y pautan que impulsan una investigación, dichos principios son:

- 1.Respeto por las personas
- 2.Beneficencia
- 3.Justicia

Es debido a ello que para la ejecución de la presente investigación se tomó en cuenta aquellos principios que aseguran la protección de la información proporcionada como la identidad de las personas voluntarias, prestas a beneficiarse de la investigación y contribuir por el bien social, y el aporte científico, asumiendo un rol prioritario para lograr el éxito o fracaso de dicha investigación.

CAPITULO IV-. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

4.1 Resultados

Posterior a la aplicación de los instrumentos: Escala de Pensamientos Automáticos de Luján y Ruiz (1991) y la Escala de Afecto Positivo y Negativo (PANAS), administrados a la población de adultos mayores del centro gerontológico del cantón Montalvo, se obtuvieron los siguientes resultados.

El primer instrumento aplicado fue la Escala de Pensamientos Automáticos de Luján, diseñada para evaluar y medir la frecuencia de las distorsiones cognitivas en los individuos.

Dentro de los 53 adultos mayores a los que se les aplicó la prueba, el mayor porcentaje se encontró en "Recompensa Divina", con un total del 22.64%, equivalente a 12 personas. Este resultado se obtuvo gracias a la interacción durante la aplicación del test, ya que muchos participantes tenían dificultades para ver y leer, por lo que el test se realizó de manera verbal. Durante las preguntas enfocadas en "Recompensa Divina", muchos indicaron verbalmente que consideraban que sus vidas algún día serían recompensadas por Dios. Este resultado se reflejó no solo en las palabras de los adultos mayores, sino también en los datos presentados en las tablas.

La segunda distorsión cognitiva más presente fue el "Filtraje", con un total del 20.75%, equivalente a 11 adultos mayores. Esto indica una tendencia a enfocarse excesivamente en un solo aspecto negativo, ignorando los aspectos positivos. Esta tendencia se observó en las respuestas al test, donde los adultos mayores indicaban que a menudo se sentían solos, lo que les provocaba tristeza. Esto sugiere que la percepción de soledad podría estar exacerbada por su inclinación a centrarse únicamente en los elementos negativos de su situación.

La "Sobregeneralización" se encontró presente en un 11.32% de los casos, con una frecuencia de 6 adultos mayores, indicando que muchos tienden a sacar conclusiones sin una base suficiente. Por ejemplo, en preguntas como "todo lo que hago me sale mal" y "siempre tendré este problema", las respuestas indicaban que estos tipos de pensamientos eran frecuentes, ya sea debido a problemas económicos o dificultades familiares.

El "Pensamiento Polarizado" se encontró en un 7.55%, con una frecuencia de 3 adultos mayores, demostrando la existencia de pensamientos de todo o nada, sin reconocer matices grises. Esto puede llevar a reacciones exageradas y afectar negativamente el bienestar emocional y las

relaciones interpersonales de los adultos mayores. Las preguntas que abordaban esta distorsión cognitiva incluyeron “solamente me pasan cosas malas”, “mi vida es un continuo fracaso”, y “soy incompetente e inútil”. Estos pensamientos son comunes debido a que muchos adultos mayores indicaron que se sentían como una carga para sus familiares, lo que les hacía sentirse inútiles frente a las actividades que ya no pueden realizar sin ayuda.

La "Visión Catastrófica" se encontró en un 7.55%, con una frecuencia de 4, indicando una tendencia a anticipar eventos de manera catastrófica. Las preguntas dirigidas a esta distorsión incluían "¿Y si tengo una enfermedad grave?", "¿Y si me vuelvo loco y pierdo la cabeza?", y "¿Y si les pasa algo a las personas que quiero?". Estos resultados se explican porque a esta edad los adultos mayores tienden a preocuparse por su salud, ya sea porque ya tienen enfermedades y les preocupa que estas empeoren, o porque temen que sus familiares sufran de alguna enfermedad o evento adverso.

La "Falacia de Cambio" también se encontró en un 7.55%, indicando una tendencia a pensar que otros deben cambiar su conducta antes que ellos. Las preguntas enfocadas en esta distorsión incluían "mis problemas dependen de los que me rodean", "si tuviera más apoyo no tendría estos problemas" y "si tuviera mejor situación económica no tendría estos problemas". Esto se debe a que muchos adultos mayores sienten que si tuvieran más apoyo familiar, tanto emocional como económico, no se sentirían abandonados ni tendrían problemas relacionados con la salud y la economía.

A partir de este punto del análisis, debemos aclarar que los siguientes resultados se encuentran con un mínimo porcentaje, llegando con una frecuencia de 3 hasta 1. A pesar de que estas distorsiones cognitivas representan un mínimo, es importante incluirlas para que el análisis sea completo. Así, la "Falacia de Control" obtuvo un 5.66% y una frecuencia de 3 adultos mayores, indicando que los adultos que respondieron a preguntas como "si otros cambiaran su actitud yo me sentiría mejor", "yo soy responsable del sufrimiento de los que me rodean" y "soy una víctima de mis circunstancias", suelen creer o sentirse responsables de todo lo que les sucede a su alrededor, o se ven impotentes y sin control sobre su realidad. Esto se evidenció porque indicaban que se sienten culpables por el abandono de sus propios hijos, atribuyéndolo a errores en la crianza, y consideran que es su culpa estar solos y sin familiares que los cuiden.

La "Falacia de Justicia" se encontró con el mismo porcentaje de 5.66% y una frecuencia de 3, indicando que sienten una costumbre de calificar como injusto aquello que no se alinea a sus costumbres o necesidades. Las preguntas dirigidas para evaluar esta distorsión cognitiva incluían: "¡No hay derecho a que me traten así!", "si me quisieran de verdad no me tratarían así", y "no me tratan como deberían de hacerlo y como me lo merezco". Cabe recalcar que estas respuestas no iban dirigidas al centro gerontológico, sino que los adultos mayores indicaban que sus inconformidades venían de sus hogares y relaciones familiares, sintiendo que sus familiares no los trataban como deberían y que merecían algo mejor.

La "Interpretación del Pensamiento" dio como resultado un 3.77% con una frecuencia de 2 adultos mayores, indicando que tienden a interpretar sin base algunos sentimientos e intenciones de los demás. Los pensamientos que mediaban esta distorsión eran: "sé que piensan mal de mí", "sé que me están mintiendo y engañando", y "quieren hacerme daño". Las respuestas más comunes fueron las que indicaban que los adultos mayores sentían que sus familias hablaban mal de ellos y los engañaban respecto a su situación física, sugiriendo que no les decían la verdad para no preocuparlos.

La "Falacia de Razón" obtuvo un total de 3.77%, indicando una tendencia a probar que el punto de vista de ellos es el correcto. Los pensamientos dirigidos a esta distorsión fueron: "sé que tengo la razón y no me entienden", "no quieren reconocer que estoy en lo cierto" y "tengo razón y voy a hacer lo que me da la gana". Esto se debe a las discrepancias que se dan en los hogares, según los adultos mayores, que sienten que las personas no los escuchan ni les dan la razón cuando creen tenerla.

A partir de aquí, las siguientes distorsiones cognitivas solo se presentaron en 1 adulto mayor, siendo la primera la de "Personalización" con un 1.88%. Los pensamientos que mediaban esta distorsión cognitiva fueron: "soy inferior a la gente en casi todo", "soy superior a la gente en casi todo" y "la gente hace las cosas mejor que yo". La última fue la que tuvo respuesta de "bastantes veces lo pienso", y el adulto mayor verbalizó que sentía que todos a su alrededor hacían sus trabajos y actividades mejor que él, lo cual se debe a conflictos internos como la baja autoestima.

Al igual que la "Personalización", la "Culpabilidad" también estuvo presente en un solo adulto mayor con un 1.88%. Los pensamientos que mediaban esta distorsión fueron: "yo tengo la culpa de todo lo que me pasa", "otros tienen la culpa de lo que me pasa" y "lo que me pasa es un castigo que merezco". La segunda fue la que se encontró presente al revisar los resultados, y mientras se explicaba la prueba, el adulto mayor dio a entender que sus familiares y su falta de cuidado eran los principales causantes de que él se encontrara en el centro gerontológico y no en su hogar.

"Los Debería" también obtuvo un 1.88%, lo cual representó un total de 1 persona, indicando que el adulto mayor tiene un hábito de mantener reglas rígidas y exigentes sobre cómo deben suceder las cosas. Los pensamientos que mediaban esta distorsión fueron: "debería estar bien y no tener estos problemas", "no debería cometer estos errores" y "debería recibir más atención y cariño de los demás". La última fue respondida con "bastantes veces lo pienso", indicando que el adulto mayor siente que debería recibir más cariño de sus familiares.

Tanto las distorsiones de "Razonamiento Emocional", que implica creer que lo que la persona siente es necesariamente cierto, y la "Etiqueta Global", que implica generalizar una o dos cualidades negativas en un juicio global, obtuvieron un 0% en los resultados finales, indicando que todos los adultos mayores marcaron estos pensamientos con "nunca pienso en eso".

En cuanto a la aplicación de la Escala de Afecto Positivo y Negativo (PANAS), que evalúa dos factores esenciales del estado emocional (emociones de carácter positivo y negativo) con la finalidad de indagar en la inestabilidad emocional del adulto mayor, se obtuvieron los siguientes resultados:

En el apartado de emociones negativas se encontró a "Tenso" como la emoción negativa más predominante con 20.75% y con una frecuencia de 11 adultos mayores, indicando que muchos de ellos se encuentran tensos debido a las preocupaciones que tienen día a día con sus familias. "Disgusto/Enfadado" fue la segunda emoción negativa con más predominancia con un total del 18.87%, lo cual equivale a 10 adultos mayores. Este resultado está estrechamente relacionado con los problemas familiares y el sentimiento de abandono mencionados. Es comprensible que el conflicto familiar y la percepción de abandono por parte de sus seres queridos provoquen estas emociones negativas.

La "Culpa" es la tercera emoción negativa más frecuente, también afectando significativamente al 11.32% de los adultos mayores. Esto sugiere que algunos adultos mayores podrían sentirse responsables o culpables por la situación conflictiva con sus familias o por las dinámicas familiares deterioradas. Junto con la culpa, el "Enojo" también se presenta en un 11.32% de los casos. Esta emoción puede surgir como una respuesta natural a la frustración y la incomodidad causadas por los problemas familiares y el abandono percibido, que se pudo presenciar a través del discurso de los adultos mayores.

Similar al enojo, la "Irritación" afecta al mismo porcentaje de adultos mayores. Esta emoción indica un estado de molestia o incomodidad continua, posiblemente exacerbada por las dificultades en el ámbito familiar. Un 7.54% de los adultos mayores reportan sentir "Miedo". Este sentimiento puede estar relacionado con la incertidumbre sobre su situación familiar y el futuro.

El "Nerviosismo" afecta al 7.54% de los adultos mayores. Esta emoción puede reflejar una ansiedad persistente provocada por las tensiones familiares y la falta de apoyo emocional. Un 5.66% de los adultos mayores se sienten "Intranquilos". Esta emoción sugiere una sensación de inquietud o agitación emocional, posiblemente agravada por la situación en la que se encuentran y los problemas que suceden en el entorno familiar.

Un pequeño porcentaje, el 3.77%, indica sentir "Vergüenza". Esta emoción puede surgir debido a sentirse expuesto o incomprendido en el contexto de los problemas familiares y el abandono. El "Miedo intenso" afecta al 1.89% de los adultos mayores. Esta emoción refleja una reacción emocional extrema frente a la situación de conflicto familiar y abandono, manifestando una profunda sensación de inseguridad y desprotección.

En el apartado de las emociones positivas se obtuvieron los siguientes resultados:

La "Atención" es la emoción positiva más prevalente, con un 16.98%, lo que sugiere que los adultos mayores se sienten comprometidos y conscientes de su entorno en el centro. Esto podría indicar que las actividades y el ambiente del centro les ayudan a mantenerse mentalmente activos y enfocados.

El "Interés" es la segunda emoción más reportada, con un 13.21%, lo que sugiere que las actividades en el centro son atractivas y estimulantes para los adultos mayores. Mantener el interés puede ser crucial para su bienestar emocional.

El 9.43% indicó sentirse “Animado”, lo que refleja una disposición positiva y optimista. Fueron 5 adultos mayores la frecuencia con la cual esta emoción se repitió. El "Entusiasmo" obtuvo un resultado similar con 9.43%. El entusiasmo sugiere una alta motivación y una expectativa positiva hacia las actividades. Al igual que las anteriores, "Inspirado" obtuvo un 9.43%.

La inspiración es una emoción que indica una profunda conexión y una motivación interna. Cabe recalcar que a pesar de que estas son emociones positivas, la frecuencia es bastante baja (5) para el total de los adultos mayores que participaron en este test (53). "Decidido" obtuvo el mismo porcentaje, 9.43%.

La decisión refleja una sensación de control y propósito. Sentirse decidido puede ser crucial para la autoestima y la autonomía de los adultos mayores. "Activo" obtuvo un porcentaje similar, del 9.43%. Sentirse activo indica una buena participación física y mental en las actividades.

"Dispuesto", con una frecuencia de 4 adultos mayores, obtuvo un 7.55%. La disposición sugiere una apertura y una voluntad de participar. Esta actitud positiva es vital para la integración y el disfrute de las actividades en el centro gerontológico, algo que los adultos mayores sí comunicaron mediante la toma del test. "Enérgico" obtuvo un 7.55%. La energía refleja vitalidad y dinamismo. Tener energía suficiente para participar en actividades sugiere una buena salud física y mental. Sin embargo, esta emoción positiva y las anteriores no tuvieron tanta presencia en los adultos mayores, ya que solo estamos hablando de 4 los que dijeron que sí se sentían con energía.

Por último, "Orgullo" obtuvo un resultado similar, con 7.55%. El orgullo refleja una autoestima positiva y una satisfacción con uno mismo. Sentirse orgulloso puede ser indicativo de logros y reconocimiento dentro del centro, algo que se dio a conocer gracias al diálogo entablado mediante la toma del test.

4.2 Discusión

Debido a las investigaciones escasas sobre las distorsiones cognitivas y el estado emocional en la etapa de la vejez en el contexto nacional y local, se vuelve importante comprender la relación existente entre ambas variables precisamente en este grupo demográfico, puesto que las personas adultas mayores se tornan susceptibles a los cambios generados por la edad que implican su condición física y demás factores, como familia, sociedad y la autonomía limitada. A través de los hallazgos de la investigación se establece que las distorsiones cognitivas juegan un papel importante a la hora de generar una emoción de aspecto negativo, dentro del cual se menciona el proceso de evaluación cognitiva que se centra en la evaluación que realiza la persona de un evento o situación en la que se encuentra inmerso.

La investigación realizada nos direcciona a determinar la influencia de las distorsiones cognitivas en las emociones, a través de la cual se clarifica la importancia de los pensamientos distorsionados o también llamados disfuncionales y su papel al momento de generar una emoción de carácter negativo, presente en la población adulta mayor. Dentro de la investigación se confirmó la hipótesis de estudio planteada, siendo 13 las distorsiones cognitivas que se relacionan con las emociones de los adultos mayores pertenecientes al Centro Gerontológico del Cantón Montalvo.

Beck (1963) como se citó en Fernández (2022) define a las distorsiones cognitivas como errores en el procesamiento de la información, “fallos sistemáticos en la adquisición de información”. Mismo autor que años más tarde manifiesta que las respuestas que experimenta el individuo de carácter afectivo, fisiológico y conductual no dependen de manera directa de los sucesos que se generan sino más bien del cómo se presentan a través de la interpretación que se produce (Santeliz,2023).

El 22.64% de los usuarios presenta un tipo de distorsión en relación a recompensa divina, 20.75% filtraje, 7.55% pensamientos polarizados, 11.32% generalización, 7.55% falacia de cambio, 3.77% interpretación del pensamiento, 7.55% visión catastrófica, 1.88% personalización, culpabilidad y los debería, 5.66% falacia de control y falacia de justicia, mientras que el 3.77% falacia de razón.

Dichos resultados se encuentran respaldados por lo expuesto por Quito y Reino (2020) quienes manifiestan que de manera desafortunada los seres humanos se encuentran expuestos a

enfrentar distorsiones cognitivas que ocupan un lugar en el diario vivir, también resaltan que las interpretaciones que se realizan provocan diferentes emociones entablando una relación entre la situación, pensamiento y emoción.

Resultados similares en cuanto a la evaluación de las distorsiones cognitivas las encontramos en Ramírez (2023) quien, a través de un estudio de caso dirigido a un adulto mayor, determino distorsiones cognitivas ligados a pensamientos disfuncionales como: pensamientos de culpabilidad, bajo autoconcepto y autoreproche.

Por otra parte, se vuelve necesario mencionar a Fiallos y Parra (2021), quienes enfatizan que los pensamientos de origen automático son aquella manifestación de las creencias irracionales que fluyen y se generan en el diario vivir. Misma definición que se afirma a través de los resultados obtenidos en la Escala IPA (Inventario de pensamientos automáticos) aplicada para evaluar las distorsiones cognitivas en la población producto de estudio.

Las emociones son parte integral de la experiencia humana y juegan un rol importante en la vida diaria de las personas. Lazarus (1990) planteo que las emociones tienen una fuerte influencia en como los seres humanos responden a ciertos eventos.

En cuanto al área emocional evaluada a través de la Escala PANAS (escala de afectividad en adultos mayores) se demuestra que el 20.75% de la población se encuentra tenso, el 11.32% enojado, culpable e irritado, demostrando que en su mayoría las emociones que prevalecen son de origen negativo.

En un estudio elaborado por García (2017) dirigido a evaluar las emociones y el bienestar de las personas adultas mayores, con un total de 35 usuarios de entre 58 y 83 años, se demuestra una diferencia significativa entre la frecuencia de afecto positivo y afecto negativo evaluado a través de la Escala PANAS, existiendo mayor predominio de las emociones positivas en cuanto al bienestar psicológico dentro de la dimensión emocional.

Respecto al estudio antes mencionado no se encontró similitud, puesto que no se consideró la edad, además de ello el grupo de usuarios de dicho estudio refieren mantener un envejecimiento activo, mismo que trae consigo una diversidad de beneficios en cuanto al afecto y emociones de predominancia positiva.

No obstante, cabe destacar los resultados obtenidos por Morán (2023) quien a través de un estudio de caso opto por trabajar los tipos de distorsiones cognitivas y su incidencia en el área emocional de un adulto mayor, mismos que guardan cierta similitud con los obtenidos a través de la presente investigación, debido a que se encontró que el usuario objeto de estudio presentaba emociones como la ira, tristeza y culpa, en la cual la intensidad de las emociones disminuía a la vez que lo hacían las distorsiones cognitivas.

Los resultados presentados a través de este estudio contrastan la Teoría de la evaluación cognitiva de Lazarus, descrita por Peralta (2017) misma que promueve la importancia de una emoción, realizando especial énfasis en la relación emoción- pensamiento, argumentando que antes de que se genere una emoción, las personas crean una evaluación de manera inconsciente y automática de lo que ocurre y de lo que suponen.

Se llega a esto, debido a que en momento de aplicar ambas escalas tanto para la parte de las distorsiones cognitivas como para la de las emociones, las personas adultas mayores entraban en un momento de catarsis, expresando el cómo se sentían referente a situaciones en las que se encuentran inmersos, muchos de ellos implicaban pensamientos subjetivos en relación a situaciones con sus familiares y de más, un ejemplo de ello se encuentra en algunos de los usuarios mismos que enfatizan que sus hijos no los quieren, debido a que no se encuentran con ellos la mayor cantidad de tiempo, minimizando el hecho de que ellos deben cumplir con demás obligaciones como trabajar y atender sus hogares, tomando una postura rígida, y un pensamiento de que en su momento serán recompensados por ello “recompensa divina”.

Es así, que a partir de los hallazgos encontrados en la presente investigación titulada: “Emociones y distorsiones cognitivas en adultos mayores del Centro gerontológico del Cantón Montalvo”, se afirman varias de las teorías implementadas por autores como Beck y Lazarus, además de contrastar información con previos estudios, que demuestran que el pensamiento juega un rol imprescindible a la hora de generar emociones, haciendo énfasis en la triada del pensamiento, emoción y conducta. Dichos resultados contribuyen a la apertura de nuevas investigaciones, puesto que, debido a la escasez de la misma no se facilita el autoconocimiento sobre aquellas implicaciones que se generan a través de la manera de ver e interpretar la realidad.

CAPITULO V-. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1 Conclusiones

Se determinó la influencia de las distorsiones cognitivas en las emociones de los adultos mayores implicados en la investigación, evaluando las distorsiones cognitivas a través de la escala de pensamientos automáticos “IPA” y las emociones por medio de la escala de afectividad positiva y negativa “PANAS” en su versión edad adulta mayor, mismos instrumentos que contribuyeron a validar y corroborar la hipótesis previamente formulada, alcanzando el objetivo general de la investigación.

Se evaluó que en cuanto a distorsiones cognitivas en la población producto de estudio prevalece la distorsión de recompensa divina con el 22.64%, seguido del filtraje con el 20.75% mismas que reflejan situaciones familiares, y la soledad que se ve inmersa en el diario vivir de ciertos usuarios, por un lado, en su mayoría mencionan estar esperando una recompensa o castigo por parte de Dios por cómo han vivido sus días, mientras que por otro lado existen usuarios que a través del dialogo se centraron solo en recalcar lo que consideran negativo de sus relaciones familiares y demás.

Por otra parte, se midieron que las emociones con mayor dominancia son las de carácter negativo las cuales demuestran que el 20.75% de la población se encuentra en un estado tenso, seguido del 11.32% que implica un estado de enojo, irritación y culpabilidad, de igual forma esto se les atribuye a las evaluaciones de origen cognitivo que realizan los usuarios de las situaciones en las que se encuentran.

Se probó la influencia de las distorsiones cognitivas en las emociones presentes en la edad adulta mayor, específicamente en la población producto de estudio, ratificando la existencia de la relación entre las emociones y la cognición presente en los seres humanos, mismas que fueron plasmadas en el marco teórico de la investigación a través de varias teorías y afirmadas por medio de la evaluación y/o medición de ambas variables implicadas en el estudio.

5.2 Recomendaciones

Se recomienda, implementar sesiones de Terapia cognitiva conductual, en donde el psicólogo identifique de manera detallada los pensamientos irracionales específicos que se encuentran presentes en la población adulta mayor, con la finalidad de usar técnicas que reestructuren la cognición, modificando los pensamientos de carácter irracional; reemplazándolos con interpretaciones más realistas, mismos que aporten en el bienestar holístico de los adultos mayores realizando especial énfasis en la dimensión emocional.

Planificar actividades recreativas que impliquen la participación de sus cuidadores y/o familiares a cargo del adulto mayor como talleres intergeneracionales, juegos de mesa, dinámicas de grupo, eventos festivos y culturales entre otros, con el objetivo de crear y reforzar lazos y redes de apoyo que beneficien la interacción entre los mismos y promuevan su bienestar integral generando emociones positivas.

Realizar programas de prevención en las organizaciones de cuidados dirigido al adulto mayor como diurnos, gerontológicos y centros residenciales de atención, con el propósito de poder identificar la presencia de distorsiones cognitivas y poder anticipar una perturbación de origen emocional que ponga en riesgo la salud mental de los usuarios.

Referencias

- Alonso, F., Esteban C., Calataud, C., Alamar, B., Egido, A. (2006). Emociones y conducción teoría y fundamentos. Instituto Universitario de Tráfico y Seguridad Vial (INTRAS). <https://core.ac.uk/download/pdf/71053093.pdf>
- Álvarez-Chuco, J., y Atencio, V. (2023). Dependencia emocional y distorsiones cognitivas en usuarias que acuden al Centro de Salud Huancan, 2023. [Tesis de pregrado, Facultad de Humanidades: Escuela Académico Profesional de Psicología] Archivo digital. [file:///C:/Users/Asus/Downloads/IV_FHU_501_TE_Atencio_Herrera_Alvarez%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/Asus/Downloads/IV_FHU_501_TE_Atencio_Herrera_Alvarez%20(1).pdf)
- Arenas Agudelo, A. Pantoja torres, E. (2020). Alegría, tristeza, ira, miedo y sorpresa: cinco emociones primarias desde la voz de un grupo de niñas y niños de la ciudad Popayán (Cauca) y Pereira (Risaralda) de Colombia. [Trabajo para optar al título de Magister en Infancia, Pontificia Universidad tecnológica de Pereira] Repositorio <https://repositorio.utp.edu.co/server/api/core/bitstreams/602b698d-8509-44dd-915c-ae0901e43219/content>
- Beck Institute for Cognitive Behavior Therapy. (2022). Understanding CBT. <https://beckinstitute.org/about/understanding-cbt/>
- Beck, A.T. y Haigh, E. (2014). Advances in cognitive theory and therapy: the generic cognitive model. Pubmed, 10 (0),1-24. <https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-032813-153734>
- Camacho, J (2003). El ABC de la Terapia Cognitiva [Archivo PDF]. <https://www.fundacionforo.com/pdfs/archivo23.pdf>

- Carriazo-Martínez, A., Martínez, Y. y Meza, L. (2022). Distorsiones cognitivas y rendimiento académico en adolescentes escolarizados en Colombia. *Búsqueda*, 9 (1). <https://doi.org/10.21892/01239813.582>
- Chóliz, M (2005). *Psicología de la emoción: el proceso emocional*. Dpto de Psicología Básica Universidad de Valencia. <https://www.uv.es/choliz/Proceso%20emocional.pdf>
- Corona, M., Vega-Valero C. y Ruiz-Méndez, D. (2023). Escala de Evaluación Cognitiva y Estrés: análisis de sus propiedades psicométricas con pacientes oncológicos, 33(1), 229-240. <file:///C:/Users/Asus/Downloads/2786-Texto%20del%20art%C3%ADculo-12693-1-10-20221011.pdf>
- Drever, J. (1952). *A dictionary of psychology*. Penguin Books, Inc.
- Ekman, P. (1999). *Basic Emotions*. University of California, San Francisco, CA, USA. <https://www.paulekman.com/wp-content/uploads/2013/07/Basic-Emotions.pdf>
- Espinosa, C. (31 de octubre de 2018). *Características de los pensamientos automáticos*. Carmen Espinosa. <https://carmenespinosa.es/caracteristicas-de-los-pensamientos-automaticos/> estudiantes de 7mo semestre de la carrera de psicopedagogía en la universidad técnica de Ambato. [Tesis de pregrado, Universidad Técnica de Ambato] Archivo digital. <https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/33898/1/Tesis%20completa%20ANDRES%20CARRILLO%20%281%29.pdf>
- Etxebarria, I. (2008). *Emociones sociales*. [Tesis, Universidad del País Vasco] Researchgate. https://www.researchgate.net/publication/264910427_Etxebarria_I_2008_Emociones_sociales_En_P_Palmero_y_F_Martinez_Sanchez_Coors_Motivacion_y_Emocion_p_p_275-314_Madrid_McGraw-Hill_ISBN_978-84-481-6101-9

- Fiallos-Guerrero, F., y Parra, J. (2021). Pensamientos automáticos y rasgos de personalidad en estudiantes de bachillerato de dos colegios del Distrito Metropolitano de Quito. [Tesis de pregrado, Universidad Central del Ecuador] Archivo digital.
<https://www.dspace.uce.edu.ec/server/api/core/bitstreams/aab1d9ac-b847-4a2d-8640-23182b3e07a7/content>
- Fierro, M. (2023). El desarrollo conceptual de la ciencia cognitiva. Parte I. Revista Colombiana de Psiquiatría, 519-533.
- García, M (2017). Las emociones y el bienestar en las personas mayores [Tesis de Pregrado, Universidad Jaume I] Archivo digital.
https://repositori.uji.es/xmlui/bitstream/handle/10234/169492/TFG_2017_GarciaMartinezMiriam.pdf?sequence=1
- Hernández S. (2006). Definición del alcance de la investigación a realizar: exploratoria, descriptiva, correlacional o explicativa. [Archivo PDF].
<https://idolotec.wordpress.com/wp-content/uploads/2012/04/sampieri-cap-4.pdf>
- Hernández, S. R. (2014) Metodología de la investigación Mc Graw Hill education. [Archivo PDF]. <https://www.esup.edu.pe/wp-content/uploads/2020/12/2.%20Hernandez,%20Fernandez%20y%20Baptista-Methodolog%C3%ADa%20Investigacion%20Cientifica%206ta%20ed.pdf>
- Hernández, S; Fernández, C y Baptista, L. (2003). Metodología de la investigación tercera edición. McGraw-Hill/Interamericana.
<https://archive.org/details/metodologiadelai0002hern/page/n3/mode/2up>
- Hernández-Cuá, O. (2021). Terapia Cognitivo Conductual y Pensamientos Automáticos, [Tesis de grado, Universidad Rafael Landívar] Recursos bibliográficos.
<http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesiseortiz/2021/05/22/Hernandez-Oneyda.pdf>

Hidalgo-Ruiz, I. (2020). Distorsiones cognitivas en estudiantes de la carrera de psicología de la universidad tecnológica indoamérica con rasgos dependientes de personalidad y su influencia en las relaciones. [Tesis de pregrado, Universidad tecnológica Iberoamérica] Archivo digital.

<https://repositorio.uti.edu.ec/bitstream/123456789/2101/1/HIDALGO%20RUIZ%20SRAEL%20ADRIAN.pdf>

Lazarus y Smith, (1990). Emotion and Adaptation. Oxford University Press.

<https://people.ict.usc.edu/~gratch/CSCI534/Readings/Smith&Lazarus90.pdf>

Lazarus, R. S. (2000). Pasión y Razón: La comprensión de nuestras emociones. Barcelona: Editorial Paidós.

Martinez y Montero, (2021). Diseño de un programa de desarrollo emocional dirigido a personas adultas mayores institucionalizadas como medida de promoción de la salud.

<https://dspace.ups.edu.ec/bitstream/123456789/20426/1/GT003255.pdf>

Ministerio de Inclusión económica y social. (2023). Informe del Estado Situacional del Servicio de Cuidado Gerontológico Integral para Personas Adultas Mayores provisionado por el MIES y Entidades Cooperantes. [Archivo PDF].

<file:///C:/Users/Asus/Downloads/2023%20INFORME%20PAM%20OCTUBRE.pdf>

Ministerio de Inclusión económica y social. Informe del proyecto adultos por el buen vivir 2023 (01).

https://losrios.gob.ec/folder/1678291214informe_proyecto_adultos_por_el_buen_vivir_febrero_2023.pdf

Montenegro-Carillo, A. (2021). Educación virtual y las distorsiones cognitivas en estudiantes de 7mo semestre de la carrera de psicopedagogía en la universidad Técnica de Ambato [Tesis de pregrado, Universidad Técnica de Ambato] Archivo digital.

<https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/33898/1/Tesis%20completa%20ANDRES%20CARRILLO%20%281%29.pdf>

Morales- Recalde, M. (2020). Pensamientos automáticos y su relación con la calidad de vida en adultos mayores que asisten al programa “Universidad del adulto mayor” de la Universidad Central del Ecuador [Tesis de pregrado, Universidad Central del Ecuador] Archivo digital. file:///C:/Users/Asus/Downloads/T-UCE-0007-CPS-283.pdf

Naranjo Hernández, Y., Rivera, O., Mayor, S., y Gonzales, R (2021). Estados emocionales de adultos mayores en aislamiento social durante la COVID-19. *ResearchGate*, 46(10), 1-10. https://www.researchgate.net/publication/354355167_Estados_emocionales_de_adultos_mayores_en_aislamiento_social_durante_la_COVID-19

Nukhat, A., Bin Zubir, A. y Shaffie, F. (2024). Cognitive distortions and depression among older adults: moderating role of resilience. *RGSA – Revista de Gestão Social e Ambiental*, 18 (2), 1-12. <https://doi.org/10.24857/rgsa.v18n2-127>

Oñate-Porras, J., Placencia, A., Muñoz, M. y Pesantez, I. (2023). Distorsiones cognitivas en estudiantes universitarios en el año 2023. *Polo del Conocimiento*, 08 (8), 2369-2385. DOI: 10.23857/pc.v8i8

Ortiz, V. (8 de agosto 2017). Desagrado como emoción. <https://ortizcoach.com/index.php/2017/08/08/desagrado-como-emocion/>

Peralta, J. (15 de mayo de 2017). Teoría de la evaluación cognitiva. *Prezi*. https://prezi.com/wg3ox7q1t1q_/teoria-de-la-evaluacion-cognitiva/

- Pérez, N. M., Y Redondo, D. M. (2006). Procesos de valoración y emoción: características, desarrollo, clasificación y estado actual. *Revista Electrónica de Motivación y Emoción*, IX 22. <https://reme.uji.es/articulos/numero22/revisio/num22revisio.pdf>
- Piqueras Rodríguez, J. A., Ramos Linares, V., Martínez González, A. E., & Oblitas Guadalupe, L. A. (2009). Emociones negativas y su impacto en la salud mental y física. *Suma Psicológica*, 16(2), 85-112.
- Piqueras, J. A.; Ramos, V.; Martínez, A. E. y Oblitas, L. A. (2009). Emociones negativas y su impacto en la salud mental y física. *Concepto de emoción*, 16 (2), 85–112. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=134213131007>
- Quito-Cazorla, Y., y Reino, M. (2020). Estudio comparativo: distorsiones cognitivas en los estudiantes de la facultad de ciencias de la educación humanas y tecnologías. [Tesis de pregrado, Universidad Nacional de Chimborazo] Archivo digital. <http://dspace.unach.edu.ec/bitstream/51000/6813/1/UNACH-EC-FCEHT-TG-P.EDUC-2020-000050.pdf>
- Ramírez, A (2023). Distorsiones cognitivas y su incidencia en el estado emocional de un adulto mayor residente en el Cantón Vinces [Tesis de Pregrado, Universidad Técnica de Babahoyo] Archivo digital. <http://dspace.utb.edu.ec/bitstream/handle/49000/13923/E-UTB-FCJSE-PSICOLOGIA-000035.pdf?sequence=1>
- Ramos- Aranibar, J., y Ale, L (2022). “Distorsiones cognitivas y estrés percibido en tiempos de pandemia covid 19 del personal asistencial de un centro de salud”. [Tesis de pregrado, Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa] Archivo digital. <https://repositorio.unsa.edu.pe/server/api/core/bitstreams/ebe45b81-c98f-4a36-9f6c-6d1c2f156ac7/content>

- Sampieri, H (2006). Definición del alcance de la investigación a realizar: exploratoria, descriptiva correlación o explicativa (4ta ed.). McGraw-Hili Interamericana.
<http://187.191.86.244/rceis/registro/Metodolog%C3%ADa%20de%20la%20Investigaci%C3%B3n%20SAMPIERI.pdf>
- Sánchez-Romero, V., Alba, M. y Sosa, L. (2019). Esquemas cognitivos y funcionamiento sexual femenino en estudiantes de una Universidad Privada. Universidad San Pedro, 10(1), 101-106. <http://dx.doi.org/10.17268/CpD.2019.01.15>
- Santeliz, B.J. (2023). Distorsiones Cognitivas y estabilidad en privados de la libertad. Revista de Psicología de la Universidad Rafael Urdaneta, 3.
<https://ojs2.uru.edu/index.php/sh/article/view/vol3num12023santeliz/pdfsanteliz2023>
- Virues, R. A. (2005). Ansiedad estudio. Revista PsicologiaCientifica.com, 7(8).
<https://pscient.net/lwelh>
- Vivas, M. Gallego, D. Gonzales, B. (2007). Educar a las emociones. ISBN.
https://www.orientacionandujar.es/wp-content/uploads/2016/05/libro_educar_emociones.pdf
- De la Lama- Zuriban, P., De la Lama, M y De la Lama, A. (2021). Los instrumentos de la investigación científica hacia una plataforma teórica que clarifique y gratifique. *Redalyc (12) (22)*, 189-202. DOI: 10.26490/uncp.horizonteciencia.2022.22.1078
- Zapata-Zaras, E. (2022). Técnicas e instrumentos de investigación en la actividad investigativa. *Revista Educación (21) (21)*, 8-9.
<file:///C:/Users/Asus/Downloads/Dialnet-TecnicasEInstrumentosDeInvestigacionEnLaActividadI-9141207.pdf>
- Maya, E. (2014). *Métodos y técnicas de investigación*. Universidad Nacional Autónoma de México.
https://librosoa.unam.mx/bitstream/handle/123456789/2418/metodos_y_tecnicas.pdf?sequence=3&isAllowed=y#:~:text=Las%20t%C3%A9cnicas%20de%20investigaci%20

C3%B3n%20comprenden,de%20nuevas%20l%C3%ADneas%20de%20investigaci%C3%B3n.

Gómez- Escalonilla, G. (2021). Métodos y técnicas de investigación utilizados en los estudios sobre comunicación en España. *Revista Mediterránea de Comunicación* (12) (1), 115-127. <https://www.doi.org/10.14198/MEDCOM000018>

Rivadeneira, C., Dahab, J y Minici, A. (2008). Distorsiones cognitivas y su relación con los paradigmas de condicionamiento clásico y operante. *Revista de terapia cognitivo conductual* (15), 1-9. <https://cetecic.com.ar/revista/pdf/distorsiones-cognitivas.pdf>

Monje- Álvarez, C. (2011). *Metodología de la Investigación cuantitativa y cualitativa: guía didáctica*. <https://www.uv.mx/rmipe/files/2017/02/Guia-didactica-metodologia-de-la-investigacion.pdf>

García-Sanz, M y García, M. (s, f). *Capítulo 3: Los métodos de investigación*. <https://www.ucm.es/data/cont/media/www/pag-135806/12%20metodologc3ada-1-garcia-y-martinez.pdf>

Martínez, C. (2018). *Investigación Descriptiva: Tipos y Características*. [Archivo PDF]. <file:///C:/Users/Asus/Downloads/investigaci%25c3%25b3n%2520descriptiva.pdf>



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGIA
MODALIDAD PRESENCIAL



ANEXOS



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGÍA
MODALIDAD PRESENCIAL

ANEXO A

Solicitud para realizar la toma de los test en el Centro Gerontológico Del Cantón Montalvo

Babahoyo, 30 de mayo del 2024

Ingeniero
Johnny Terán Salcedo
PREFECTO PROVINCIAL DE LOS RÍOS
Babahoyo. –

De nuestra consideración:

Reciba un cordial saludo, se dirigen ante usted los estudiantes **MONTERO QUINTANILLA ADRIANA LUCIA** con **CI. 1208045896** y **TOMALA CHANG CARLOS DANIEL** con **CI. 1250065131**, estudiantes de la Carrera de Psicología de la Universidad Técnica de Babahoyo.

Mediante el presente oficio solicitamos se nos permita el acceso al Centro Gerontológico del Cantón Montalvo, con el propósito de realizar dos pruebas psicométricas a la población adulta mayor del mismo, el cual nos servirá para el proyecto en curso correspondiente a Titulación, destinado a indagar la influencia de las distorsiones en el área emocional, mediante el cual se empleara dos instrumentos: la Escala de Pensamientos automáticos “**IPA**” y la Escala de Afectividad “**PANAS**”, dirigidos a evaluar las distorsiones cognitivas y el estado emocional de manera general que presentan los usuarios, cabe destacar que una vez recogidos y analizados los resultados se otorgara una copia de los mismos a la coordinadora del Centro.

Agradecemos su atención a la presente, y reiteramos los sentimientos de alta consideración.

Atentamente,

Srta. Adriana Lucia Montero Quintanilla
CI.120804589-6
Tel. 0939658682
Correo: amontero896@fcjse.utb.edu.ec

Sr. Carlos Daniel Tomala Chang
CI. 125006513-1
Tel. 0990292663
Correo: ctomala@fcjse.utb.edu.ec

Psic. Nathaly Elizabeth Mendoza Sierra MSc.
COORDINADORA DE TITULACIÓN

Psic. Walter Adrián Cedeño Sandoya ph. D.
COORDINADOR DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGIA
MODALIDAD PRESENCIAL

ANEXO B

Escala de Pensamientos Automáticos de Lujan y Ruiz

INVENTARIO DE PENSAMIENTOS AUTOMATICOS (RUIZ Y LUJAN, 1991) ¹

A continuación encontrará una lista de pensamientos que suele presentar las personas ante diversas situaciones. Se trata de que usted valore la frecuencia con que suele pensarlos, siguiendo la escala que se presenta a continuación:

Nunca pienso en eso	Algunas veces lo pienso	Bastante veces lo pienso	Con mucha frecuencia lo pienso
0	1	2	3

1	No puedo soportar ciertas cosas que me pasan	0	1	2	3
2	Solamente me pasan cosas malas	0	1	2	3
3	Todo lo que hago me sale mal.	0	1	2	3
4	Sé que piensan mal de mi	0	1	2	3
5	¿Y si tengo alguna enfermedad grave?	0	1	2	3
6	Soy inferior a la gente en casi todo	0	1	2	3
7	Si otros cambiaran su actitud yo me sentiría mejor	0	1	2	3
8	¡No hay derecho a que me traten así!	0	1	2	3
9	Si me siento triste es porque soy un enfermo mental.	0	1	2	3
10	Mis problemas dependen de los que me rodean	0	1	2	3
11	Soy un desastre como persona	0	1	2	3
12	Yo tengo la culpa de todo lo que me pasa	0	1	2	3
13	Debería de estar bien y no tener estos problemas	0	1	2	3
14	Sé que tengo la razón y no me entienden	0	1	2	3
15	Aunque ahora sufra, algún día tendré mi recompensa	0	1	2	3
16	Es horrible que me pase esto	0	1	2	3
17	Mi vida es un continuo fracaso	0	1	2	3
18	Siempre tendré este problema	0	1	2	3
19	Sé que me están mintiendo y engañando	0	1	2	3
20	¿Y si me vuelvo loco y pierdo la cabeza?	0	1	2	3
21	Soy superior a la gente en casi todo	0	1	2	3
22	Yo soy responsable del sufrimiento de los que me rodean	0	1	2	3
23	Si me quisieran de verdad no me tratarían así.	0	1	2	3
24	Me siento culpable, y es porque he hecho algo malo	0	1	2	3
25	Si tuviera más apoyo no tendría estos problemas	0	1	2	3
26	Alguien que conozco es un imbécil	0	1	2	3
27	Otros tiene la culpa de lo que me pasa	0	1	2	3
28	No debería de cometer estos errores	0	1	2	3
29	No quiere reconocer que estoy en lo cierto	0	1	2	3
30	Ya vendrán mejores tiempos	0	1	2	3
31	Es insoportable, no puedo aguantar más	0	1	2	3
32	Soy incompetente e inútil	0	1	2	3
33	Nunca podré salir de esta situación	0	1	2	3
34	Quiere hacerme daño	0	1	2	3
35	¿Y si les pasa algo malo a las personas a quienes quiero?	0	1	2	3
36	La gente hace las cosas mejor que yo	0	1	2	3
37	Soy una víctima de mis circunstancias	0	1	2	3
38	No me tratan como deberían hacerlo y me merezco	0	1	2	3
39	Si tengo estos síntomas es porque soy un enfermo	0	1	2	3
40	Si tuviera mejor situación económica no tendría estos problemas	0	1	2	3
41	Soy un neurótico	0	1	2	3
42	Lo que me pasa es un castigo que merezco	0	1	2	3
43	Debería recibir mas atención y cariño de otros	0	1	2	3
44	Tengo razón, y voy a hacer lo que me da la gana	0	1	2	3
45	Tarde o temprano me irán las cosas mejor	0	1	2	3

¹Fuente: http://www.psicologia-online.com/ESMUbuda/Libros/Sentirse_Mejor/sentirse2.htm

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGÍA
MODALIDAD PRESENCIAL

ANEXO C

Aplicación de la Escala de Pensamientos Automáticos de Lujan y Ruiz



Nota. Aplicación de la escala de pensamientos en el centro Gerontológico de Montalvo por Montero y Tomalá en el año 2024.

ANEXO D

Aplicación de Escala la escala de afecto positivo y negativo (PANAS)



Nota. Aplicación de la escala de afecto positivo y negativo en el centro Gerontológico de Montalvo por Montero y Tomalá en el año 2024.

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGÍA
MODALIDAD PRESENCIAL

ANEXO E

Revisión de los avances de la tesis



Nota. Revisión de los avances del perfil por parte del tutor Msc. Xavier franco Choez.



Nota. Revisión de los avances del perfil por parte del tutor Msc. Xavier franco Choez.

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGÍA
MODALIDAD PRESENCIAL

ANEXO F

Aprobación de la elaboración del perfil por parte del jurado



Nota. Revisión del perfil por parte del jurado.

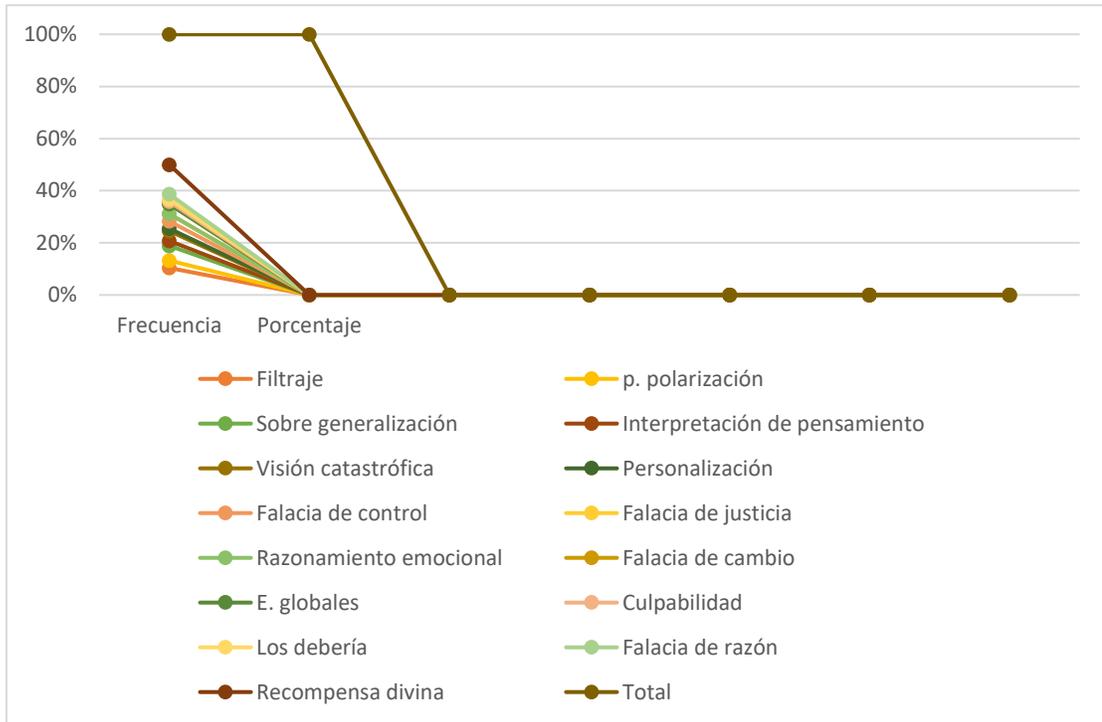


Nota. Revisión del perfil por parte del jurado.

ANEXO G

Gráfico 1

Datos de la Escala de Pensamientos Automáticos de Lujan y Ruiz (1991)



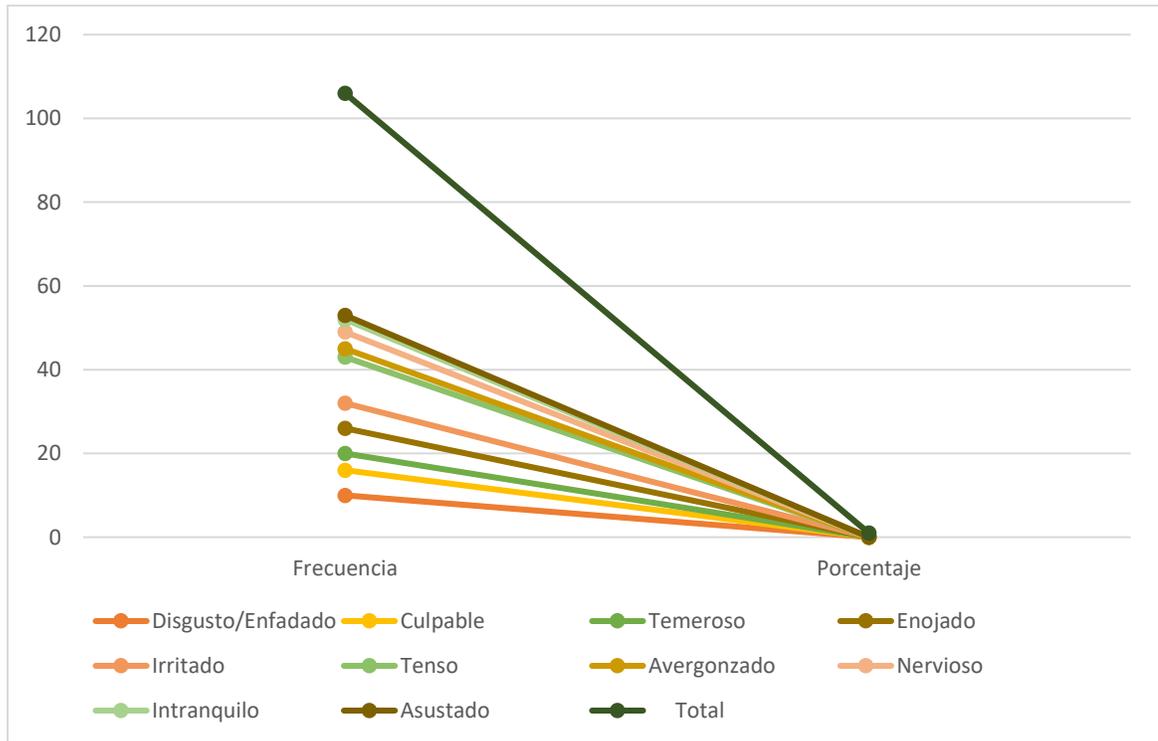
Nota. Datos sobre las Distorsiones cognitivas presentadas en los adultos mayores del cantón Montalvo en el año 2024.

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGIA
MODALIDAD PRESENCIAL

ANEXO H

Gráfico 2

Datos de Escala de afecto positivo y negativo (PANAS)



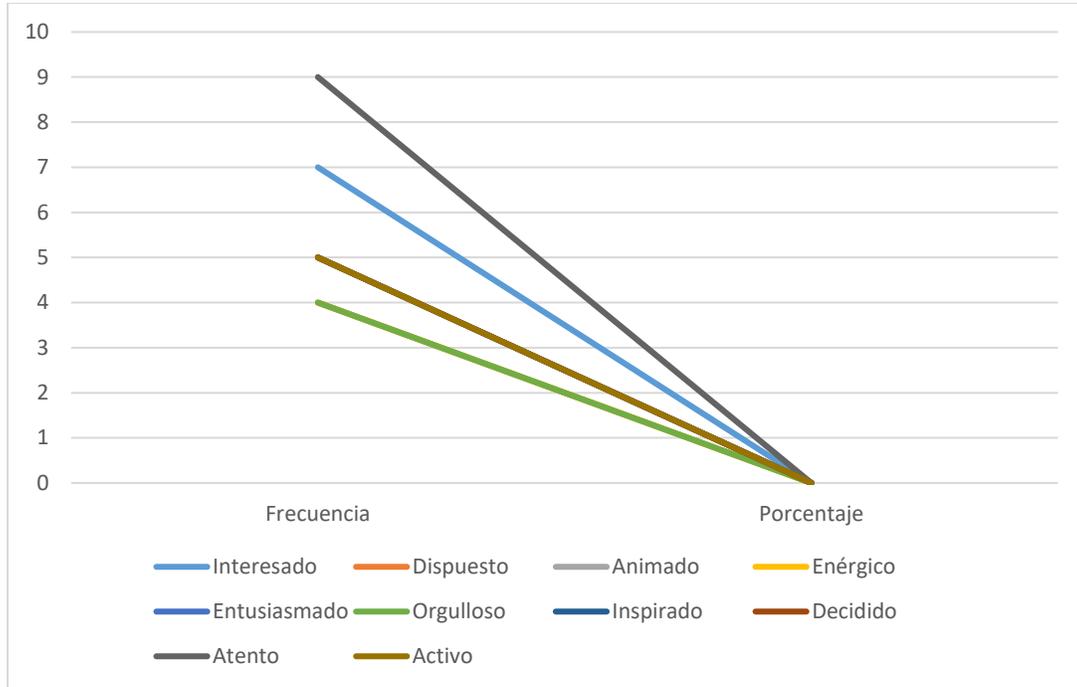
Nota. Datos sobre las Emociones negativas en los adultos mayores del cantón Montalvo en el año 2024.

ANEXO I

Gráfico 3

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGÍA
MODALIDAD PRESENCIAL

Datos de Escala de afecto positivo y negativo (PANAS)



Nota. Datos sobre las Emociones ´positivas en los adultos mayores del cantón Montalvo en el año 2024.



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGIA
MODALIDAD PRESENCIAL



ANEXO J

Presupuesto y cronograma

Tabla 5.- Presupuesto

Presupuesto

Materiales	Cantidad	Valor
Caja de Lápiz HB	2	1,00
Esferos	2	1,50
Borrador	3	0,50
Resma de hojas A4	1	4,50
Copias de los test	106	5,50
Movilización de transporte	10	18,00
Total Σ	25	31,00

Nota. Elaborado por Montero Lucia y Tomalá Carlos en el año 2024.



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGIA
MODALIDAD PRESENCIAL



ANEXO K

Tabla 6.- Cronograma

N°	Actividades	Responsable(S)	Periodo (Semanas)																
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
1	Introducción	Adriana Lucia Montero, Carlos Daniel Tomalá Chang Y Msc. Xavier Franco Choez		X															
2	Contextualización De La Situación Problemática	Adriana Lucia Montero, Carlos Daniel Tomalá Chang Y Msc. Xavier Franco Choez		X															
3	Planteamiento Del Problema	Adriana Lucia Montero, Carlos Daniel Tomalá Chang Y Msc. Xavier Franco Choez			X														
4	Justificación	Adriana Lucia Montero, Carlos Daniel Tomalá Chang Y Msc. Xavier Franco Choez			X														
5	Objetivos De Investigación	Adriana Lucia Montero, Carlos Daniel Tomalá				X													



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGIA
MODALIDAD PRESENCIAL



		Chang Y Msc. Xavier Franco Choez																	
6	Marco Teórico	Adriana Lucia Montero, Carlos Daniel Tomalá Chang Y Msc. Xavier Franco Choez					X												
7	Metodología	Adriana Lucia Montero, Carlos Daniel Tomalá Chang Y Msc. Xavier Franco Choez						X	X										
8	Procesamiento De Datos	Adriana Lucia Montero, Carlos Daniel Tomalá Chang Y Msc. Xavier Franco Choez							X										
9	Resultados Y Discusión	Adriana Lucia Montero, Carlos Daniel Tomalá Chang Y Msc. Xavier Franco Choez								X	X								
10	Conclusiones Y Recomendaciones	Adriana Lucia Montero, Carlos Daniel Tomalá Chang Y Msc. Xavier Franco Choez									X	X							



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE PSICOLOGIA
MODALIDAD PRESENCIAL



11	Presentación Del Trabajo Escrito	Adriana Lucia Montero, Carlos Daniel Tomalá Chang Y Msc. Xavier Franco Choez																X			
12	Defensa Oral	Adriana Lucia Montero, Carlos Daniel Tomalá Chang Y Msc. Xavier Franco Choez																			X

Nota. Elaborado Por Montero Lucia Y Tomalá Carlos En El Año 2024.

