

|   |  |
|---|--|
| <p><b>Revista científica CENTROS</b><br/> 15 de julio de 2021. Vol. 10 N°2<br/> ISSN: 2304-604x pp. 54.72</p>   |  |
| <p>Recibido: 04/04/21; aceptado: 27/05/21<br/> Se autoriza la reproducción total o parcial de este artículo,<br/> siempre y cuando se cite la fuente completa y su dirección electrónica.</p>   |  |
| <p><a href="https://revistas.up.ac.pa/index.php/centros">https://revistas.up.ac.pa/index.php/centros</a></p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div data-bbox="220 645 539 770">  <p><a href="https://www.latindex.org">https://www.latindex.org</a></p> </div> <div data-bbox="544 645 762 752">  </div> <div data-bbox="767 656 943 752">  <p>Matriz de Información para el<br/>Análisis de Revistas</p> </div> </div> <p><a href="https://miar.ub.edu/issn/2304-604X">https://miar.ub.edu/issn/2304-604X</a></p> |  |

## LA PSICOTERAPIA COMO HERRAMIENTA DE MEJORA EN EL TRATAMIENTO DE LA DIABETES

### PSYCHOTHERAPY AS AN IMPROVEMENT TOOL IN THE TREATMENT OF DIABETES

Olga del Roció Inga Llanéz

Universidad Católica de Cuenca-Ecuador/ <https://orcid.org/0000-0002-2657-6548>  
[oisees@hotmail.com](mailto:oisees@hotmail.com)

**Resumen.** La diabetes es una patología crónica que, afecta a una parte importante de los habitantes del mundo, tiene un efecto en el estilo de vida, pues necesita que el individuo diagnosticado siga un procedimiento preciso para evadir las secuelas negativas que se muestran en un extenso por la carencia de control del metabolismo. Es fundamental tener en cuenta que la patología no perjudica solamente a cambios físicos, sino psicológicos, en los cuales integran puntos conductuales y cognitivos, por consiguiente, es fundamental la participación psicoterapéutica. En este entorno, en el presente trabajo de investigación tiene como objetivo principal, demostrar la utilización de la Psicoterapia como instrumento de optimización en el Procedimiento de la Diabetes. Para ello se realiza revisión sistemática de la bibliografía que existe de autores sobre el asunto de análisis. Los resultados mostraron que existente de autores sobre el tema de estudio. Los resultados mostraron que se recomienda una

intervención psicológica cognitiva – conductual para asegurar que una persona diabética cumpla con el tratamiento clínico.

**Palabras clave:** diabetes, cognitiva – conductual, sistemática, bibliográfica, psicoterapia

**Abstract.** Diabetes is a chronic pathology that affects an important part of the world's inhabitants, it has an effect on lifestyle, since it requires the diagnosed individual to follow a precise procedure to avoid the negative sequels that are shown in an extensive due to the lack of metabolism control. It is essential to take into account that the pathology does not only impair physical changes, but psychological ones, in which they integrate behavioral and cognitive points, therefore, psychotherapeutic participation is fundamental. In this environment, the main objective of this research work is to demonstrate the use of Psychotherapy as an optimization tool in the Diabetes Procedure. For this purpose, a systematic review of the existing bibliography of authors on the subject of analysis was carried out. The results showed that there is an existing literature of authors on the subject of study. The results showed that a cognitive-behavioral psychological intervention is recommended to ensure that a diabetic person complies with the clinical treatment.

**Keywords:** diabetes, cognitive - behavioral, systematic, bibliographic, psychotherapy

## Introducción

El azúcar que una persona consume se transforma por la hormona insulina, producida por el páncreas, en donde la sustancia se usa por las células del cuerpo como energía. No obstante, algunos individuos no producen la cantidad adecuada de insulina e incluso nada, provocando que está no sea transformada dando como resultado elevados niveles de azúcar en la sangre, que deriva en la diabetes mellitus que es una patología (Nares-Torices, González - Martínez, Martínez – Ayuso y Morales - Fernández, 2018)

Según la capacidad del organismo de generar insulina se clasifica a la diabetes en diferentes tipos: diabetes tipo 1 y 2, genética y gestacional (Barquilla, 2017). La

diabetes tipo 1 se categoriza a las personas que tienen una pérdida dominante de insulina, presentando un déficit progresivo; la genética implica una predisposición hereditaria y la gestacional se presenta en ciertas mujeres embarazadas, que no tienen antecedentes de la enfermedad, pero que puede ocasionar problemas en el feto o en la mujer en un largo plazo (Álvarez-Linares, Ávila-Ramos y López-Briones, 2017).

En este contexto, los datos de la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2020) en el año 2016 la diabetes ocasionó cerca de 1,6 millones de muertes, convirtiéndose en las primeras causas de muerte, por lo que la OMS la considera un problema de salud. De acuerdo con Pérez y Berenguer (2015) desde 1995 hasta 2015, el número de pacientes afectados en el mundo con diabetes ascendió a 347 millones, para 2030 se proyecta que incremente hasta 366 millones, ocasionando un gran impacto económico y social.

Según la Asociación Latinoamericana de Diabetes (ALAD, 2019) en Latinoamérica del total de afectados cerca de 34 millones, es decir, un 9,2% se encuentra en la región entre adultos de 20 a 79 años; representa el 12,3% de las muertes, en donde más del 50% son personas menores a los 60 años, también es una de las principales causas de ceguera, insuficiencia renal y amputaciones; significa un costo en la región aproximado a \$20,8 billones de dólares al año, un 13% del gasto total en salud.

Por su parte, en Ecuador según la ALAD (2019) la totalidad de personas detectadas, tienen diabetes tipo 2 con un total de 554,500 casos entre adultos de 20 a 79 años, en donde cerca 3,907 mueren cada año por la enfermedad; un aspecto a considerar es que muchos de los individuos desconocen que padecen diabetes, estimando a cerca de 198,700 personas.

De acuerdo con los antecedentes expuestos, se identifica como problema de estudio, la falta de adherencia al procedimiento por quienes están diagnosticados con la patología, que se da lugar por una escasa información, debido a que los autores se enfocan en el tratamiento clínico, físico, dejando de lado la importancia del enfoque

emocional. De acuerdo con Maidana et al. (2016) y Cañarte-Baque et al. (2019), la misma que se da por múltiples factores, siendo los principales los psicológicos como la depresión, ansiedad, entre otros. Lo anterior da como consecuencia de que la salud emocional, en las personas que padecen la enfermedad y sus familiares, experimentan, emociones como, indignación, culpa, hasta lograr su aceptación, generando predisposición en el cumplimiento del proceso.

Desde un enfoque psicológico, se planea la psicoterapia como medio de solución para el problema identificado, generando modificaciones en los pensamientos, sentimientos y conductas que se generan en una persona con diabetes, de tal manera que contribuye a tomar el control y enfrentar los desafíos que representa la enfermedad, mediante la comprensión y aprendizaje de estrategias para tomar el control y mejorar el estilo de vida (Cortés, Fernández y Capella, 2017).

Bajo tal escenario, la investigación actual, tiene como objetivo identificar intervenciones psicoterapéuticas efectivas, para la adherencia al proceso de pacientes diagnosticados con diabetes; para ello, se utilizó una metodología cualitativa, mediante una revisión bibliográfica sistemática para conocer los diferentes tratamientos que proponen los autores.

## **Material y Métodos**

La presente investigación busca exhibir de forma sintética las características de una intervención psicoterapéutica en personas diabéticas. Se consideró como problemática central, que la falta de adherencia por problemas de salud mental derivadas de la enfermedad que se da lugar porque los autores se enfocan en el tratamiento clínico físico, dejando de lado el mental. Al respecto, se llevó a cabo una exploración de calidad con base a una investigación sistémica de tipo exploratoria, que consiste en la recopilación y resumen de evidencia científica de un tema seleccionado para la investigación (Manchado et al., 2009).

En este sentido, se utilizó un análisis bibliográfico, que según Gómez-Luna, Fernando-Navas, Aponte-Mayor y Betancourt-Buitrago (2014) implica, recopilación de

información en fuentes confiables como obras científicas, teóricas y empíricas con respecto al tema objeto de estudio, por lo que se recurrió a buscadores digitales como Google Scholar, Redalyc y Scielo.

La estrategia de búsqueda es la forma para localizar los documentos de interés para el estudio. Para ello se consideraron los descriptores clave para facilitar el análisis de la información en las plataformas digitales seleccionadas en ambos casos se buscó en dos idiomas, español e inglés como: psicoterapia, intervención psicológica y adherencia al tratamiento de diabetes.

Para asegurar la obtención de información útil que aporten en el cumplimiento de los objetivos planteados, se tomaron en cuenta ciertos criterios que permitieron incluir y excluir documentos. A continuación, se mencionan:

### **Criterio de inclusión**

- Artículos científicos y académicos referenciales de hasta 5 años de antigüedad, es decir, publicados a partir del mes de enero de 2015 al mes de octubre de 2020, debido a que el estudio del fenómeno de interés es relativamente reciente.
- Los temas de investigación, tienen que considerar la intervención psicoterapéutica en diversos enfoques para pacientes diagnosticados con diabetes.
- Artículos en español e inglés.
- Documentos con validación, es decir DOI/URL.
- Documentos que no provengan de fuentes fiables como Google Scholar, Redalyc y Scielo.

### **Criterio de exclusión**

- Artículos académicos y científicos mayores a 5 años de publicación.
- Referencias bibliográficas que no sean de fuentes válidas.

Los documentos se seleccionaron de acuerdo a la lectura del título, resumen y conclusiones. Una vez seleccionados, se filtraron los documentos para evitar que se repitan. Por consiguiente, se empleó técnicas como la lectura crítica, el subrayado y la nota teórica en el margen izquierdo del artículo, para elaborar un cuadro que sintetice la información por autor, año, tipo de terapia sugerida, los principales beneficios y los aspectos psicológicos que consideran para asegurar la adherencia al tratamiento de diabetes.

## Resultados

Los criterios planteados con la metodología se incluyeron diferentes investigaciones en la presente revisión bibliográfica, se presenta un resumen de la depuración de la información hasta llegar a la muestra seleccionada.

| Base de Datos/portales de búsqueda       | Google Académico                                   |  | SciELO   |  | Redalyc  |  | Dialnet  |  | Total     |
|--|--|--|--|--|--|--|--|--|-----------|
|  | Intervención psicológica en pacientes con diabetes | Tipo de intervención psicológica - beneficios - aspectos | Intervención psicológica en pacientes con diabetes | Tipo de intervención psicológica - beneficios - aspectos | Intervención psicológica en pacientes con diabetes | Tipo de intervención psicológica - beneficios - aspectos | Intervención psicológica en pacientes con diabetes | Tipo de intervención psicológica - beneficios - aspectos |           |
| Palabras clave                           |  |  |  |  |  |  |  |  |           |
| Artículos encontrados                    | 19,300   | 18,900   | 7  | 3  | 10   | 15   | 55   | 11   | 38,301    |
| Artículos con los criterios de inclusión | 13,200   | 10,500   | 3  | 3  | 5  | 7  | 14   | 0  | 23,732    |
| Artículos relacionados a la temática     | 5  | 4  | 0  | 4  | 1  | 7  | 3  | 0  | 24        |
| Artículos repetidos                      | 2  | 0  | 0  | 0  | 0  | 2  | 0  | 0  | 4         |
| <b>Muestra</b>                           |  |  |  |  |  |  |  |  | <b>20</b> |

Fuente: Elaboración Propia

Como se observa en la tabla que antecede, de los buscadores en total se encontraron 38,301, en su mayoría de Google Académico y Dialnet, cantidad que disminuye al considerar los criterios de inclusión, más aún cuando se seleccionó solo estudios en torno a la temática de interés, quedando en total 24, de los cuales 4 se repitieron, razón por la cual, se construyó una muestra de 20 documentos.

Tabla 1. Tipos de intervención psicológica en pacientes diabéticos

| Autor                                       | Tipo de terapia aplicada                            | Aspectos considerados en la terapia  | Beneficios  |
|---|---|--|---|
| González-Cantero, Oropeza y Casillas (2019) | Cognitivo - conductual                              | DOCE SESIONES DE UNA HORA:<br>1.- Encuadre y aspectos básicos<br>2 y 3 Alimentación saludable<br>4.- Actividad física<br>5.-Habilidades para selección adecuada de alimentos<br>6.- Manejo de pensamientos perjudiciales<br>7.- Técnicas de Relajación<br>8.- Técnicas de Autocontrol<br>9.- Solución de problemas<br>10.- Cierre y evaluación<br>11 y 12 Seguimiento por tres meses | La intervención contribuyó a mejorar aspectos psicológicos como el malestar emocional, sintomatología depresiva y bienestar psicológico, además, los participantes redujeron el colesterol. |
| Sims, Ramírez, Pérez y Gómez (2017)         | Intervención cognitivo – conductual                 | Se aplican técnicas afectivo – participativas y cognitivo – conductuales del Modelo de la depresión de Beck.   | La intervención ayudo a identificar pensamientos distorsionados, disminuyendo el nivel de depresión, contribuyendo a la predisposición a los tratamientos.                                  |
| González - Cantero y Oropeza (2016)         | El enfoque cognitivo conductual es el más utilizado | Las sesiones realizadas en los estudios varían entre 4 y 30 por semana, con una duración promedio de 2 horas, solo tres consideraron sesiones con familiares   | La mayoría de los estudios demuestra resultados en el cambio de hábitos y la adherencia en el tratamiento.  |

|  |   |   |   |
|--|---|---|---|
| Rodríguez, Rentería y Rodríguez (2015)       | Psicológica educativa   | Programa de educación en salud y modalidad club de apoyo para cambiar la conducta de los pacientes  | La intervención contribuyó a mejorar los índices metabólicos debido a la adherencia a hábitos alimenticios saludables.  |
| Orozco - Gómez y Sánchez-Jiménez (2017)      | Talleres psicoeducativos, apoyo social, reestructuración cognoscitiva, entrenamiento en autocontrol y relajación progresiva | <b>Talleres psicoeducativos:</b> acceso a información clara, incorporar a los familiares, beneficios del tratamiento, pertinencia del auto monitoreo.<br><b>Apoyo social:</b> familia como eje terapéutico, grupos de autoayuda con personas con la misma condición.<br><b>Reestructuración cognoscitiva:</b> intervención cognitivo – conductual de corta duración, para modificar conceptos o creencias distorsionadas. | Favorece el autocuidado y el control de la diabetes.  |
| Orozco - Gómez y Castiblanco – Orozco (2015) | Entrevista motivacional<br>Psicoeducación<br>Modelo cognitivo - conductual  | Sesión de una hora o dos durante 8 semanas<br>Sesiones de dos horas y media   | Calidad de vida en las personas con diabetes  |
| García y Morales (2015)                      | Entrevista motivacional   | Sesiones individuales de 40 minutos   | Mejora en la adherencia terapéutica a la diabetes después de la intervención.   |
| Gonçalves y de Lima (2018)                   | Psicosociología   | Más allá de las implicaciones fisiológicas y sociales, el paciente diabético necesita más atención en el ámbito psicológico, ya que los cambios de humor pueden interferir con el tratamiento y el estilo de vida.  | Los resultados señalaron la importancia de un enfoque multidisciplinario, centrado en la psicología; cuyo objetivo es abordar el esclarecimiento de las causas y consecuencias de la aflicción, así como prácticas para incentivar la actividad física. |
| Uriel, Arango,                               | Programas preventivos de  | Evaluar el funcionamiento psicosocial, identificar problemas específicos y las necesidades de los pacientes en  | Calidad de vida en personas con diabetes.   |

|   |  |   |  |
|---|--|---|--|
| Ordóñez y Alvis (2019)                          | manejo integral  | diferentes etapas del proceso de la enfermedad.   |  |
| López (2017)                                    | Programa basado en ejercicios de fisioterapia y técnicas psicológicas                    | Pacientes con síntomas de depresión y ansiedad.   | Bienestar físico y psíquico en los usuarios.   |
| Aguirre, Santiago, Medina, Trejo y Silva (2019) | Terapias cognitivas grupales   | Se trata de un programa aplicado de forma grupal en consultas de 120 minutos con una frecuencia de dos o tres semanas que incluye la aplicación de varias técnicas. | Aumento en la adherencia terapéutica.  |
| Patiño (2019)                                   | Programa psicoterapéutico<br>Estrategia de intervención del enfoque cognitivo-conductual | La aplicación de estrategias cognitivo-conductuales, muestra resultados.  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Disminución en los niveles de Ansiedad-estado.</li> <li>• Incremento en las dimensiones que conforman a la adherencia al tratamiento</li> </ul>     |
| Huerta y González (2019)                        | Plan de intervención para aumentar la actividad física                                   | Se realizan 8 sesiones semanales, tratando varios ejes que son: psicoeducación, cognición, problemas.   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Realización significativa de actividad física, calidad de vida.</li> <li>• Disminución de los niveles de glucosa y peso de los usuarios.</li> </ul> |
| Guerrero, Galán y Sánchez (2016)                | Intervención multifactorial cognitivo-conductual   | Programa con una duración de 6 meses, con el propósito de modificar conductas de autocuidado.   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mejora en el autocuidado individual.</li> <li>• El programa favoreció las dimensiones de la calidad de vida de los participantes.</li> </ul>        |

|  |  |   |   |
|--|--|---|---|
| Díaz (2015)                                    | Psicoterapia para niños y adolescentes | Se llevó a cabo 8 sesiones que contemplan el conocimiento acerca de la importancia de las consecuencias, la severidad del problema, la aplicación de conductas protectoras, confianza en uno mismo, la autoeficacia, técnicas de autocontrol para enfrentar situaciones de abandono de comportamientos protectores. | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Cambios clínicamente significativos en la hemoglobina glicosilada de la adolescente reflejada en el control metabólico y cumplimiento de metas clínicas terapéuticas.</li> </ul> |
| Cummings et al (2019)                          | Terapia cognitiva – conductual         | Se aplicaron 16 sesiones más una intervención de asesoría, evaluando los síntomas depresivos, conductas de autocuidado y medición de adherencia a lo largo de un año.   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Incremento en la gestión del estilo de vida.</li> <li>• Disminución de la depresión.</li> <li>• Incremento en la adherencia terapéutica.</li> </ul>                              |
| Pan, Wang, Hong & Chunzao (2020)               | Terapia cognitiva – conductual         | La terapia se enfocó en la intervención de autocuidado cognitivo conductual sobre el manejo, la terapia fue realizada durante 6 meses.  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Incremento en el conocimiento y el comportamiento de autocuidado y la salud en general.</li> </ul>   |
| Muñoz-Flórez y Cortés (2017)                   | Entrevista motivacional                | Sesiones durante 4 semanas  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mejora significativa en los niveles de glucosa</li> </ul>  |
| Fatmawati, Palutturi, Amiruddi & Syafar (2020) | Terapia cognitiva – conductual         | El análisis consiste en la revisión bibliográfica de estudios que aplicaron terapias cognitivas conductuales.   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Efectividad de la terapia disminuyendo la depresión en personas con diabetes</li> </ul>  |
| Noroozi, Hamidian, Khajeddin (2017)            | Terapia cognitivo-conductual grupal    | Se evaluaron a 30 mujeres con diabetes tipo 2 comórbida con depresión, con un grupo de intervención y control, los lineamientos de para la intervención se organizaron con base a la terapia de grupo cognitivo – conductual para adolescentes con diabetes tipo I, con   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mejora significativamente.</li> <li>• Por otro lado, la adherencia del paciente mejoró.</li> </ul>   |

|  |  |  |  |
|--|--|--|--|
|  |  | la duración de 10 sesiones de 1,5 hora cada una. |  |
|--|--|--|--|

Fuente: Elaboración Propia

## Discusión

En los resultados se presentaron los estudios que se encontraron en los diferentes buscadores. Se cita a González-Cantero, Oropeza y Casillas (2019) quienes realizaron una investigación cuasiexperimental en una muestra conformada por 9 personas entre hombres y mujeres. Como metodología de psicoterapia se utilizó una intervención de tipo cognitivo – conductual en doce sesiones.

Por su parte, Sims, Ramírez, Pérez y Gómez (2017) identificaron en un centro geriátrico a 12 adultos mayores con depresión a causa de padecer enfermedades crónicas en donde el 75% padecía diabetes; utilizaron técnicas cognitivas – conductuales del modelo de Aron Beck.

Una investigación distinta a las citadas anteriormente, es la de González - Cantero y Oropeza (2016), debido a que realizaron un estudio bibliográfico sobre el tipo de intervenciones psicológicas para el control del cumplimiento del tratamiento de la diabetes; se identificaron 19 estudios relacionados con el tema, en donde la mayoría aplica entre 4 y 30 sesiones semanales de terapias cognitivas – conductuales.

En los resultados encontrados en el estudio de los autores, están en concordancia con lo encontrado en la presente investigación, ya que la mayoría de los autores refieren a las técnicas cognitivas – conductuales como apropiadas para tratar a un paciente con una enfermedad como la diabetes, dado que adjudican un problema de conducta y pensamientos dañinos al no cumplimiento del tratamiento, por tanto, mencionan que la terapia debe ser corta, pero dirigidas a mejorar estos aspectos.

Una propuesta diferente de terapia fue aplicada en un estudio pre- experimental realizado por Rodríguez, Rentería y Rodríguez (2015), en donde el objetivo fue asegurar el cambio de hábitos alimenticios como parte del tratamiento. Para el cumplimiento del objetivo planteado realizan una intervención psicológica educativa.

Después de una semana de intervención, se realizó una evaluación, los resultados revelaron cambios favorables en la alimentación y conducta en los participantes, lo que significó una mejora en los niveles de glucosa y la relación de masa corporal.

Como se observa en el estudio que antecede, se incorpora una nueva forma de intervención psicoterapéutica como es la grupal, en donde no se enfoca a un solo individuo, sino a la colectividad que tiene como semejanza un problema para cambiar el tipo de alimentación. De igual manera, Orozco - Gómez y Sánchez-Jiménez (2017) señalan la importancia de una intervención psicológica educativa, para lo cual realizaron entrevistas a seis pacientes diagnosticados con diabetes y a tres jueces expertos en tratamientos psicoterapéuticos en enfermedades crónicas. Los resultados sirvieron para reconocer los aspectos a considerar dentro de la guía psicológica, incluye información completa sobre los cambios de hábitos, como parte del control de los efectos de la diabetes; se menciona el apoyo social, por la importancia de la familia dentro del apoyo psicológico y la creación de grupos con personas diagnosticadas con diabetes, lo anterior para que un paciente sienta empatía de quienes le rodean, la terapia cognoscitiva – conductual como parte fundamental para incentivar a las personas diabéticas a cumplir con el tratamiento.

Por otra parte, Orozco - Gómez y Castiblanco – Orozco (2015) realizaron una investigación bibliográfica para encontrar la mejor opción como intervención psicológica. Los autores refieren que están encaminadas a brindar estrategias al paciente que le permitan controlar aspectos cognoscitivos, conductuales y psicoemocionales, mencionan la entrevista emocional, que contribuye a que los individuos adquieran un compromiso en el cambio de comportamiento mediante el reconocimiento de la situación que atravesaran una vez diagnosticados. Los resultados fueron favorables, ya que la mayoría pasó de una adherencia parcial a una total.

Los resultados reportados por Gonçalves y de Lima (2018) mencionan que el paciente diabético requiere de mayor atención desde el campo psicológico, destacando el enfoque multidisciplinario que abarca esta patología, se recomiendan intervenciones psicosociológicas.

Uriel, Arango, Ordoñez y Alvis, (2019) analizan la mejoría de los pacientes con diagnóstico de diabetes, los resultados muestran que las dimensiones de calidad de vida, de mayor afectación en pacientes con esta patología son: el rol y la función física. Con estos resultados, se proponen estrategias de intervención psicológica donde la adherencia al tratamiento es fundamental mediante evaluaciones del funcionamiento psicosocial, a través del cambio de ideas y pensamientos positivos, que se ve reflejado en conductas saludables.

Por su parte, el estudio sistémico realizado por González y Oropeza (2016) muestra una serie de intervenciones como cognitivas, de autocontrol y condicionamiento clásico, basadas en la teoría de aprendizaje social. Entre los beneficios encontrados se identificó que la adherencia terapéutica, permiten a las personas gozar de una calidad de vida, además el sistema de salud se beneficia al minimizar los costos que contempla la atención de pacientes con diabetes.

Estos resultados corroboran con los reportados por Aguirre, Santiago, Medina, Trejo y Silva (2019) cuyo objetivo fue promover la adherencia terapéutica mediante terapias cognitivas grupales, se finiquita que la intervención psicológica ayuda a regular la actividad autonómica cardiovascular.

De acuerdo al estudio realizado por Cummings et al (2019) al valorar el resultado de la terapia cognitiva conductual y estilo de vida de 139 personas adultas con edades entre 18 a 75 años, se evidenció adherencia al procedimiento y aporte en la mejoría de vida porque evitó la presencia de síntomas negativos, como es la depresión, ansiedad y otros trastornos que afecten directamente las condiciones psicológicas y la salud mental.

Por otra parte, Pan, Wang, Hong & Chunzao (2020) analizaron a 406 usuarios diabetes, con 18 y 70 años, se realizó una intervención en psicológica enfocada en mejorar la habilidad conductual de autocuidado y el nivel de actividad física, los resultados demostraron mejoras en la salud en general, el funcionamiento social, la salud mental y en la puntuación de la física.

Como estrategias de intervención psicológica, se identificaron varias técnicas, siendo las principales la aplicación de tratamientos cognitivos-conductuales, psicología educativa, reestructuración cognoscitiva, entrenamiento del autocontrol y estrategias de relajación y motivación. Además, las diferentes técnicas deben estar enfocadas a tratar síntomas que perturban la salud mental de los usuarios como la ansiedad y depresión, puesto que, en las personas diabéticas, riesgo de padecer trastornos psicológicos es doble.

### Referencias Bibliográficas

ALAD. (2019). *Guías ALAD sobre el diagnóstico, control y tratamiento de la diabetes mellitus tipo 2 con medicina basada en evidencia Edición 2019*. México: Comité Editorial de la Revista ALAD.

Álvarez-Linares, B., Ávila-Ramos, F., & López-Briones, S. (2017). Diagnóstico y tratamiento de la diabetes mellitus en perros. *Abanico veterinario*.

Barquilla, A. (2017). Actualización breve en diabetes para médicos de atención primaria. *Revista Esp Sanid Penit*, 57-65.

Cañarte-Baque, G., Neira-Escobar, L., Gárate-Campoverde, M., Samaniego-León, L., TupacYupanqui-Mera, J., & Andrade-Ponce, S. (2019). La diabetes como afectación grave se presenta con complicaciones típicas. *Dom. Cien.*, 160-198.

Cummings, D., Lutes, L., Littlewood, K., Solar, C., Kirian, K., Patil, S., y otros. (2019). Randomized Trial of a Tailored Cognitive Behavioral Intervention in Type 2 Diabetes With Comorbid Depressive and/or Regimen Related Distress Symptoms: 12-Month Outcomes From COMRADE. *Diabetes Care*, 841-848.

Cuevas, S., Cappello, O., & Sánchez-Armáss. (2017). Sociodemographic and psychological factors associated with self-care and quality of life in Mexican adults with type 2 Diabetes Mellitus. *Acta Colombiana de Psicología*, 168-177.

Cortés, A., Fernández, O., & Capella, C. (2017). ¿Qué es lo que cambia en la Psicoterapia? La perspectiva de pacientes adolescentes con síntomas depresivos, sus terapeutas y observadores externos. *PSYKHE*, 1-15.

Colín, Y. G. Intervención educativa de Enfermería dirigida al adulto mayor con diabetes mellitus para una mejora en los cuidados.

Copado, C. A., Palomar, V. G., Urena, A. M., Mengual, F. A., Martínez, M. S., & Serralta, J. R. L. (2011). Mejora en el control de los diabéticos tipo 2 tras una intervención conjunta: educación diabetológica y ejercicio físico. *Atención primaria*, 43(8), 398-406.

Cordero, L. C. A., Vásquez, M. A., Cordero, G., Álvarez, R., Añez, R. J., Rojas, J., & Bermúdez, V. (2017). Prevalencia de la diabetes mellitus tipo 2 y sus factores de riesgo en individuos adultos de la ciudad de Cuenca-Ecuador. *Avances en biomedicina*, 6(1), 10-21.

Díaz, C. (2015). *Intervención psicológica para fortalecer la adherencia al tratamiento en una adolescente con diagnóstico de diabetes tipo 1*. Universidad Católica de Pereira.

Dávila, M., & Jiménez, M. E. (2007). Psicodiabetes. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 25(1), 126-143.

Fabrycianne, G., & Lima, M. (2018). La construcción del conocimiento psicosociológico sobre la diabetes mellitus. *Psico-USF*, 191-201.

Fatmawati, S., Palutturi, S., Amiruddin, R., & Syafar, M. (2020). Development of cognitive behavior therapy apps application on depression management in patients of diabetes mellitus type II. *Enfermería Clínica*.

Gómez-Luna, E., Fernando-Navas, D., Aponte-Mayor, G., & Betancourt-Buitrago, L. (2014). Metodología para la revisión bibliográfica y la gestión de información de temas científicos. [Methodology for bibliographic review and

information management of scientific topics] Recuperado de: <https://n9.cl/0qsr>. *Dyna* , 158-163.

González-Cantero, J., Oropeza, R., & Casillas, J. (2019). Intervención cognitivo-conductual para el control metabólico de la diabetes mellitus tipo 2: un estudio piloto. *Terapia psicológica* , 37 (3), 287-294.

González - Cantero, J., & Oropeza, R. (2016). Intervenciones cognitivo - conductuales para diabéticos en México. *Salud mental* , 39 (2).

García, I., & Morales, B. (2015). Eficacia de la entrevista motivacional para promover la adherencia terapéutica en pacientes con diabetes mellitus tipo 2. *Universitas Psychologica* , 511-522.

González-Cantero, J., & Oropeza, R. (2016). Intervenciones cognitivo conductuales para diabéticos en México. *Salud mental* , 99-105.

Guerrero, R., Galán, S., & Sánchez, O. (2016). Intervención cognitivo conductual en enfermedades crónicas. Caso diabetes mellitus tipo 2. *Investigación en psicología básica y aplicada* .

González-Cantero, J. O., Oropeza Tena, R., & Casillas Rodríguez, J. A. (2019). Intervención cognitivo-conductual para el control metabólico de la diabetes mellitus tipo 2: un estudio piloto. *Terapia psicológica*, 37(3), 287-294.

González-Cantero, J. O., & Oropeza Tena, R. (2016). Intervenciones cognitivo conductuales para diabéticos en México. *Salud mental*, 39(2), 99-105.

Huerta, M., & González, A. (2019). Intervención cognitivo conductual sobre la actividad física en adultos mayores con prediabetes. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*.

Jaramillo Oyervide, J. (2016). *Asesoramiento Psicológico para Mejorar la Adherencia en el Tratamiento Médico de Pacientes que Presentan Diabetes Mellitus Tipo 2* (Master's thesis, Universidad del Azuay).

López, M. (2017). Impacto de un programa cuerpo-mente basado en ejercicios de fisioterapia y técnicas psicológicas en el bienestar psíquico de una población de pacientes diabéticos tipo 2. *Universitas Psychologica* .

Maidana, G., Lugo, G., Vera, Z., Acosta, P., Morinigo, M., Isasi, D., y otros. (2016). Factores que determinan la falta de adherencia de pacientes diabéticos a la terapia medicamentosa. *Mem. Inst. Investig. Cienc. Salud* , 14 (1), 70-77.

Mejía Rodríguez, O., Gómez Medina, S. D. S., & Villa Barajas, R. (2010). Estrategias educativas en el control metabólico de pacientes con Diabetes mellitus tipo 2. *Atención Familiar*, 17(2).

Muñoz-Flórez, A., & Cortés, O. (2017). Impacto de la entrevista motivacional en la adherencia de pacientes diabéticos incactivos a la actividad física: estudio piloto de un ensayo clínico. *Revista Colombiana de Psicología* , 263-281.

Martín, E., Querol, M. T., Larsson, C., Renovell, M., & Leal, C. (2007). Evaluación psicológica de pacientes con diabetes mellitus. *Av Diabetol*, 23(2), 88-93.

Norrozi, Z., Hamidian, S., & Khajeddin, N. (2017). Improving Depression, and Quality of Life in Patients with Type 2 Diabetes: Using Group Cognitive Behavior Therapy. *Iranian journal of psychiatry* , 281-286.

Nares-Torices, M., González - Martínez, A., Martínez - Ayuso, F., & Morales - Fernández, M. (2018). Hipoglucemia: el tiempo es cerebro. ¿Qué estamos haciendo mal? *Med Int Méx* , 881-895.

Faustino Cruz, Y. S. (2017). Adherencia al tratamiento de enfermedades crónicas en adultos mayores que acuden al centro de salud de acomayo–chinchao, huánuco 2016.

Nagel, N. E., Espinoza, B. A., Villalobos, C. P., & Donoso, V. M. (2015). Adherencia al tratamiento en diabetes tipo 2: su relación con calidad de vida y depresión. *Revista de psicoterapia*, 26(101), 125-138.

Orozco - Gómez, Á., & Sánchez-Jiménez, L. (2017). Análisis del contenido de una guía de intervención psicológica y social para el manejo de la diabetes mellitus tipo dos. *Cuadernos Hispanoamericanos de Psicología* , 17 (1), 35-48.

Orozco - Gómez, Á., & Castiblanco - Orozco, L. (2015). Factores psicosociales e intervención psicológica en enfermedades crónicas no transmisibles. *Revista Colombiana de Psicología* , 203-217.

Ortiz, M., Ortiz, E., Gatica, A., & Gómez, D. (2011). Factores psicosociales asociados a la adherencia al tratamiento de la diabetes mellitus tipo 2. *Terapia psicológica*, 29(1), 5-11.

Patiño, J. (2019). *Adherencia al tratamiento en pacientes con diagnóstico de diabetes mellitus tipo 2: Una intervención cognitivo-conductual.*

Pan, X., Wang, H., Hong, X., & Zheng, C. (2020). A Group-Based Community Reinforcement Approach of Cognitive Behavioral Therapy Program to Improve Self-Care Behavior of Patients With Type 2 Diabetes. *Front. Psychiatry* .

Pérez, A., & Berenguer, M. (2015). Algunas consideraciones sobre la diabetes mellitus y su control en el nivel primario de salud. *MEDISAN* , 19 (3), 375-390.

Pagès-Puigdemont, N., & Valverde-Merino, M. I. (2018). Métodos para medir la adherencia terapéutica. *Ars Pharm*, 59(3), 163-172

Quirós-Morales, D., & Villalobos-Pérez, A. (2007). Comparación de factores vinculados a la adherencia al tratamiento en diabetes mellitus tipo II entre una muestra urbana y otra rural de Costa Rica. *Universitas Psychologica*, 6(3), 679-688

Rodríguez, M., Rentería, A., & Rodríguez, N. (2015). Cambios en la dieta y en indicadores antropométricos de pacientes diabéticos a partir de un programa psicológico de intervención. *Revista Argentina de Ciencias del Comportamiento* , 8 (1), 43-49.

Rivadeneira Paredes, J. C. (2013). *Estudio sobre la adherencia al proceso psicoterapéutico de adultos mayores con diabetes mellitus tipo 2. Hospital docente*

de la policía nacional g2 (bachelor's thesis, universidad de guayaquil facultad de ciencias psicológica).

Sims, R., Ramírez, D., Pérez, K., & Gómez, K. (2017). Intervención psicológica en adultos mayores con depresión. *Humanidades* , 17 (2).

Salazar-Salgado, A., Zavala-Aguilar, K., Soria-Viteri, J., Santibáñez-Vásquez, R., & Salazar-López, P. (2011). Diabetes mellitus y cognición. Estudio transversal. *Artículo Especial de Revisión*, 20(1-3), 43.

Salvador Ortiz, M. (2004). Factores psicológicos y sociales asociados a la adherencia al tratamiento en adolescentes diabéticos tipo 1. *Psykhe (Santiago)*, 13(1), 21-31.

Uriel, P., Arango, M., Ordoñez, J. E., & Alvis, N. (2019). Calidad de vida de pacientes con diabetes tipo 2 en Colombia. *CES Psicología* , 80-90.

Villaseñor-Camarena, J. A. (2019). La psicoterapia como herramienta para la adherencia a recomendaciones alimenticias en pacientes con diabetes mellitus tipo II.