

**UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN**

ESCUELA DE POSGRADO

Unidad de Posgrado de Psicología



**Efectividad de la Psicoterapia para la mejora de la Depresión en  
Pacientes con Insuficiencia Cardíaca: Revisión Narrativa**

Trabajo académico para obtener el Título de Segunda Especialidad Profesional en  
Psicología Clínica y de la Salud

**Autores:**

Patricia Ortiz Quintanilla

Jesús Josué Panca Apucusi

**Asesora:**

Mg. Karen Jeannette Kieffer Montoya

Lima, diciembre de 2024

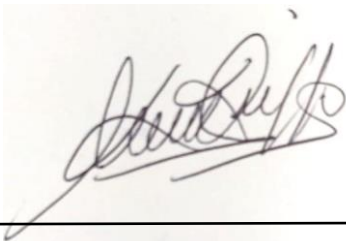
## DECLARACIÓN JURADA DE ORIGINALIDAD DEL TRABAJO ACADÉMICO

Yo, Karen Jeannette Kieffer Montoya, docente de la Unidad de Posgrado de Psicología, Escuela de Posgrado de la Universidad Peruana Unión.

DECLARO:

Que la presente investigación titulada: **“Efectividad de la Psicoterapia para la mejora de la Depresión en Pacientes con Insuficiencia Cardíaca: Revisión Narrativa”** de los autores Patricia Ortiz Quintanilla y Jesús Josué Panca Apucusi, tiene un índice de similitud de 13% verificable en el informe del programa Turnitin, y fue realizada en la Universidad Peruana Unión bajo mi dirección.

En tal sentido asumo la responsabilidad que corresponde ante cualquier falsedad u omisión de los documentos como de la información aportada, firmo la presente declaración en la ciudad de Lima, a los 19 días del mes de diciembre del año 2024.



---

Mg. Karen Jeannette Kieffer Montoya  
Asesora

**Efectividad de la Psicoterapia para la mejora de la  
Depresión en Pacientes con Insuficiencia Cardíaca:  
Revisión Narrativa**

**TRABAJO DE ACADÉMICO**

Presentado para optar el Título de Segunda Especialidad  
Profesional en Psicología Clínica y de la Salud



---

Dra. Damaris Susana Quinteros Zúñiga  
Dictaminadora

Lima, 19 diciembre de 2024

## Resumen

**Objetivo:** Revisar la literatura existente sobre la efectividad de las intervenciones psicoterapéuticas para la mejoría de la depresión en pacientes con IC ya sea esta de forma convencional o no convencional en el abordaje.

**Métodos:** Se realizó este estudio haciendo uso de buscadores como PubMed, Scopus y Web of Science estudios relevantes sobre el uso de psicoterapia en pacientes con insuficiencia cardíaca. Se obtuvieron 6 investigaciones realizadas en los últimos 6 años.

**Resultados:** Los efectos de estos tratamientos han sido estadísticamente significativos para reducir los puntajes de depresión en pacientes con IC que recibieron la intervención psicoterapéutica en alguna de estas modalidades a comparación de aquellos pacientes que solo recibieron un tratamiento estándar.

**Conclusiones:** Las intervenciones psicológicas, propuestas por la terapia cognitiva conductual, entre otras producen una reducción de la gravedad de los síntomas de depresión y fomenta conductas de autocuidado en pacientes deprimidos con insuficiencia cardíaca.

**Palabras Clave:** Depresión, insuficiencia cardíaca, Intervención Psicológica, Psicoterapia

## **Abstract**

**Objective:** Review the existing literature on the effectiveness of psychotherapeutic interventions to improve depression in patients with HF, whether conventional or unconventional in approach

**Methods:** This study was carried out using search engines such as PubMed, Scopus and Web of Science for relevant studies on the use of psychotherapy in patients with heart failure. Six studies carried out in the last 6 years were obtained.

**Results:** The effects of these treatments have been statistically significant in reducing depression scores in patients with HF who received psychotherapeutic intervention in one of these modalities compared to those patients who only received standard treatment.

**Conclusions:** Psychological interventions, proposed by cognitive behavioral therapy, among others produce a reduction in the severity of depressive symptoms and encourage self-care behaviors in depressed patients with HF.

**Key words:** Depression, heart failure, intervention psychological, psychotherapy

## INTRODUCCIÓN

La Organización Mundial de la Salud (OMS) señala a la depresión como un trastorno mental común, y que muchas veces está asociada alguna otra patología médica por lo cual estiman que aproximadamente un 4,4% de la población mundial la padece; Por otro lado las enfermedades cardiovasculares son la principal causa de muerte y se estima que un 32% de la población mundial padece de alguna enfermedad cardiovascular como por ejemplo una de las más conocidas como falla o insuficiencia cardíaca. (OMS, 2022; Salazar et al., 2014).

Los pacientes con insuficiencia cardíaca tienen una alta tasa de depresión, que varía entre el 17% y el 37%.(Sullivan et al., 2002), Esto representa un problema importante para el sistema de salud pública, ya que los pacientes con depresión tienen cuatro veces más probabilidades de fallecer, en comparación con los que no la padecen (Bichara et al., 2016).

La insuficiencia cardíaca (IC) es una condición médica en la que el corazón no funciona correctamente, ya sea por problemas estructurales o de otro tipo. Es una enfermedad crónica y discapacitante, con un pronóstico desfavorable, asociada a altas tasas de complicaciones, hospitalizaciones y reingresos (Montes Pena et al., 2011).

Un desafío clave en el ámbito médico es identificar la posible presencia de depresión en pacientes con insuficiencia cardíaca, ya que a veces los síntomas como fatiga, problemas de sueño, pérdida de peso y problemas de memoria pueden ser similares (Rustad et al., 2013).

La depresión clínica es una condición que combina elementos que dificultan que las personas realicen sus actividades habituales (Bicharra, 2016). Es un problema de estado de ánimo donde la persona experimenta tristeza, falta de interés o placer con frecuencia durante al menos dos semanas (Silva-Ruz et al., 2022). Es importante tener en cuenta que los pacientes con insuficiencia cardíaca experimentan ciclos que varían entre periodos de estabilidad y hospitalizaciones,

lo que hace que los síntomas depresivos cambien a corto plazo, dependiendo de si el paciente está hospitalizado o entre la cuarta y sexta semana después del alta. (Park et al., 2023). La depresión es una enfermedad muy frecuente en las personas mayores (30 años en adelante), siendo el trastorno afectivo más común. Lamentablemente, en muchos casos, la depresión por ejemplo en los ancianos no se diagnostica adecuadamente. (Taylor, 2014). Es crucial detectar la depresión a tiempo, ya que su presencia se asocia con un aumento general de la mortalidad y puede generar múltiples efectos negativos, especialmente en la calidad de vida del paciente y de su familia (Wang et al., 2022).

La sociedad Europea de Cardiología recomienda el uso de medicamentos para tratar la depresión en pacientes con insuficiencia cardíaca (Ponikowski et al., 2016). Además, estudios recientes han demostrado que la terapia cognitivo-conductual reduce significativamente los niveles de depresión en esta población (Khayati et al., 2020). El manejo o modificación de creencias negativas sobre el rendimiento físico y el riesgo cardíaco puede haber brindado a los pacientes herramientas para entender y aceptar sus pensamientos sobre su malestar emocional, lo que probablemente les ha permitido afrontar la situación de manera más efectiva (Hawley et al., 2017).

En los últimos años, se han desarrollado nuevas formas de intervención psicoterapéutica que no se limitan a la modalidad tradicional. Ahora existen intervenciones a domicilio, donde el equipo de salud acude al hogar del paciente para brindar los contenidos de la psicoterapia directamente (Heron et al., 2016). Además, se han implementado intervenciones digitales, que utilizan tecnologías como Internet, teléfono, videoconferencia y correo electrónico para proporcionar los servicios psicoterapéuticos (Banbury et al., 2018).

Las modalidades de intervención psicoterapéuticas previamente descritas podrían ser una alternativa viable para abordar los problemas de depresión en pacientes con IC (Silva-Ruz et al., 2022). El propósito de esta investigación es revisar la literatura existente sobre la eficacia de las terapias psicológicas, tanto

tradicionales como alternativas, para mejorar los síntomas de depresión en pacientes con insuficiencia cardíaca.

## **METODOLOGÍA**

**Diseño de estudio:** El presente trabajo corresponde a una revisión narrativa en la que se expone la actualidad de un tema sin seguir un protocolo explícito sistemático identificándose estudios más relevantes para luego sintetizar la información de forma coherente (Eguía, 2014).

### **Fuentes de Información:**

Para efectos de la búsqueda de literatura científica se consideraron artículos comprendidos en PubMed, Web Of Science, Scopus, tomando en cuenta estudios en idiomas inglés, español y portugués últimos cinco años. La estrategia de búsqueda incluyó términos y descriptores como Depresión, Insuficiencia cardíaca, intervenciones psicológicas, utilizando para su precisión ajustes de campo. Se encontraron 151 resultados en Scopus, 32 en Web Of Science y 11 en PubMed.

### **Criterios de elegibilidad**

Se tomaron en cuenta buscadores o bases de datos que gozan de mayor reconocimiento y respaldo científico, así como el año de publicación, el tipo de idioma, disponer de acceso al texto completo ya sea que se encuentre en idiomas inglés o español, que contengan todas las variables de estudio. No se incluyeron documentos referidos a tesis de pregrado y post grado, documentos no clínicos, artículos de opinión, los no encontrados, lo que no tuvieron acceso abierto, disertaciones, y aquellos artículos duplicados.

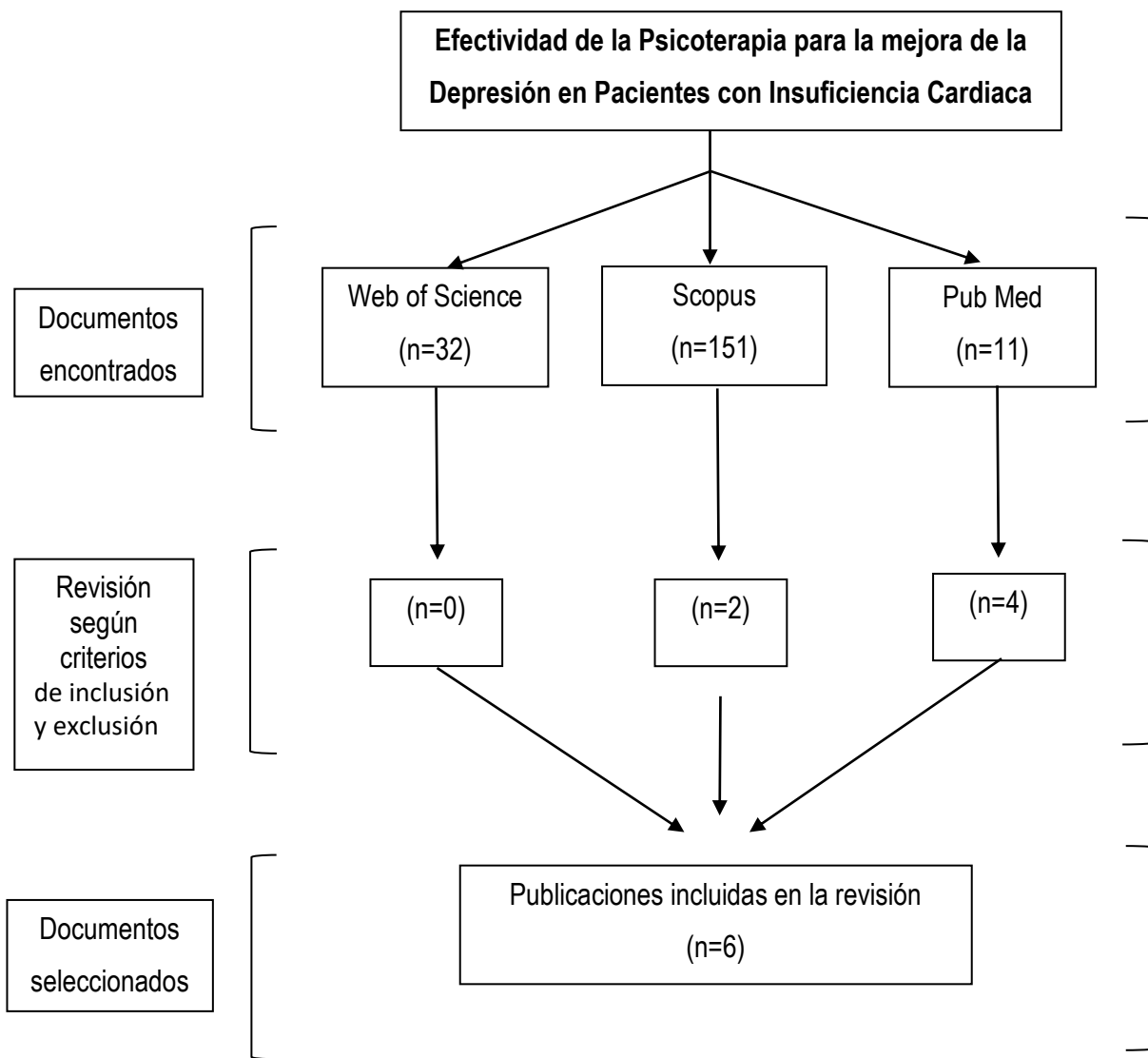


Figura 1. Diagrama de flujo del proceso de selección de estudios

Tabla 1. Características del estudio

Autor	Diseño	Objetivos	Instrumento	Muestra	Resultados
Khayati et al., (2020)	Ensayo clínico aleatorizado	Examinar el efecto del entrenamiento cognitivo-conductual (TCC) sobre la gravedad de la depresión y la capacidad de autocuidado de pacientes con IC.	Inventario de Depresión de Beck (BDI)	n=158	La puntuación media de autocuidado en el grupo TCC resultó ser significativamente mayor que en el grupo TC después de recibir la intervención. Además, la puntuación media de depresión del grupo de TCC de $26,95 \pm 5,53$ después de la intervención fue significativamente inferior a la del grupo de TC de $36,04 \pm 8,45$ . La intervención cognitivo-conductual, en comparación con el entrenamiento convencional, tuvo un mayor impacto positivo en la mejora del autocuidado y el alivio de la gravedad de los síntomas depresivos.
Rocha et al., (2021)	Ensayo clínico aleatorizado	Evaluar el efecto de la psicoterapia a corto plazo sobre los síntomas depresivos, la ansiedad y la calidad de vida de los pacientes atendidos en una clínica especializada.	El Inventario de Depresión de Beck, el Inventario de Ansiedad de Beck. Cuestionario de Vivir con Insuficiencia Cardíaca de Minnesota.	n=32 50% mujeres	En este estudio participaron 32 pacientes, el 50 % eran mujeres, la edad media fue $64,3 \pm 11,6$ y la mayoría de los participantes eran clase funcional I de la New York Heart Association (NYHA) (56,3 %). Para la ansiedad ( $p = 0,196$ ), no hubo diferencias estadísticamente significativas entre los grupos. Para la calidad de vida y la depresión, hubo una diferencia estadísticamente significativa ( $p = 0,009$ y $0,035$ , respectivamente), con un efecto medio ( $d$ de Cohen = $0,593$ ) sobre la calidad de vida. La psicoterapia a corto plazo en pacientes ambulatorios con insuficiencia cardíaca mostró un impacto en la depresión y la calidad de vida, pero no mejoró la ansiedad.

Freedland et al., (2022)	Ensayo clínico	Examinar la eficacia de un enfoque secuencial para tratar la depresión y la IC.	Inventario de Depresión de Beck	n=139 con IC y depresión mayor; 70 fueron asignados al azar a UC y 69 a TCC	Las puntuaciones medias de depresión del BDI-II fueron estadísticamente 4,0 puntos inferiores en el grupo de TCC (media, 15,6 [IC del 95%, 13,3 a 17,4]) que en el brazo de CU (media, 19,6 [IC del 95%: 17,9 a 21,8]) a las 16 semanas ( $\Delta T = -4,0$ [IC 95%, -7,3 a -0,8]; $P=0,02$ ). Las puntuaciones de mantenimiento del SCHFI se situaron en una media de 70,4 (IC del 95%: 67,4 a 73,4) (IC del 95%: 70,9 a 76,4) en el brazo de TCC y 73,0 UC a las 16 semanas ( $\Delta T = -2,5$ [IC 95%, -6,5 a 1,5]; $P=0,22$ ). Las puntuaciones medias del grupo en la HAM-D-17 difirieron estadísticamente entre el brazo de TCC (media, 12,5 [IC 95%, 11,1 a 13,8]) y el brazo de CU (media, 15,0 [IC del 95%, 13,9 a 16,2]) a las 16 semanas ( $\Delta T = -2,6$ [IC del 95%, -4,3 a -0,7]; $P=0,004$ ). Ninguna de las otras medidas de resultado secundarias mostró un beneficio de la TCC a las 16 semanas. A las 32 semanas, en cambio, las puntuaciones de depresión del BDI-II fueron estadísticamente inferiores en el brazo de TCC (media, 13,7 [IC del 95%, 11,3]; $p=0,004$ ).
Johansson et al., (2019)	Ensayo controlado aleatorio	Evaluar los efectos de un programa de terapia cognitivo-conductual (iCBT) basado en Internet adaptado y impartido por enfermeras destinado a reducir la depresión en pacientes con ECV.	Cuestionario de salud del paciente-9 [PHQ-9]	N=144	En comparación con ODF, la iCBT tuvo un efecto de tratamiento significativo y moderado en el resultado primario depresión (es decir, PHQ-9; diferencia media de grupo = $-2,34$ [IC del 95 %: $-3,58$ a $-1,10$ ], $p < 0,001$ , $d$ de Cohen = 0,62). En los resultados secundarios, en comparación con ODF, la iCBT tuvo un efecto importante y grande sobre la depresión (es decir, MADRS-S; $P < 0,001$ , Cohen $d = 0,86$ ) y un efecto significativo y moderado en la escala del componente mental del SF- 12 ( $P < .001$ , Cohen $d = 0,66$ ) y el EQ-VAS ( $P < .001$ , Cohen $d = 0,62$ ). En general, el 60% (n=43) del grupo iCBT completó los 7 módulos, mientras que el 82% (n=59) completó al menos la mitad de los módulos. Ningún paciente fue suspendido del estudio debido a un alto riesgo de suicidio o deterioro de la depresión.

Ishak et al., (2021)	Ensayo pragmático, aleatorizado y de eficacia comparativa	Comparar los efectos de dos opciones de tratamiento basadas en evidencia para pacientes adultos con depresión e insuficiencia cardíaca avanzada, sobre la gravedad de los síntomas depresivos, la calidad de vida relacionada con la salud física y mental (CVRs), la calidad de vida específica de la insuficiencia cardíaca vida, carga del cuidador, morbilidad y mortalidad a los 3, 6 y 12 meses.	Cuestionario de salud del paciente-9 [PHQ-9]	n=18	El resultado primario es el cambio en la gravedad de los síntomas depresivos a los 6 meses desde el inicio, medido por el PHQ-9. medidos por el PHQ-9. Los resultados secundarios medidos a los 3, 6 y 12 meses son: calidad de vida general, física y calidad de vida relacionada con la salud general, física y mental, calidad de vida específica de la insuficiencia cardíaca, carga para el cuidador, morbilidad y mortalidad. Las medidas de adherencia al tratamiento asignado se recogerán para ambos brazos mediante autoinforme y documentación de las visitas realizadas.
Y. Zhang et al., (2019)	Ensayo prospectivo, multicéntrico, paralelo, aleatorizado y controlado	Investigar prospectivamente el efecto de una intervención psicoconductual telefónica sobre la depresión en ancianos con insuficiencia cardíaca crónica (ICC)	Los síntomas depresivos, el resultado cardíaco y la calidad de vida se evaluarán al inicio del estudio y en las semanas 1, 2, 4, 8, 12, 24 y 36.	n=236	La medida de resultado primaria es la tasa de respuesta de depresión desde el inicio hasta la semana 12. La tasa de respuesta se definió como una reducción del 50% o más en la puntuación del Quick Inventario Rápido de Sintomatología Depresiva-Autoinforme (QIDS-SR16) [24]. Las medidas de resultado secundarias incluyen el cambio (Helal et al., 2022) en la función cardíaca, la calidad de vida y la gravedad de los síntomas depresivos durante la fase intensiva y la fase de mantenimiento, respectivamente. La función cardíaca La función cardíaca medida por la fracción de eyección del ventrículo izquierdo mediante ecocardiografía y la concentración plasmática de N-terminal pro-peptido natriurético cerebral (NT-

proBNP).

La calidad de vida se midió mediante el Minnesota Living with

Heart Failure Questionnaire (MLHFQ) [25, 26]. La gravedad de los síntomas depresivos se midió con el QIDS-SR16,

HAMD-17, el Inventario de Depresión de Beck II (BDI-II) [27]

y el Geriatric Depresión Inventory-Self-Report (GDI-SR)

## Resultados

La búsqueda bibliográfica sobre el tema de la depresión, la insuficiencia cardíaca y las intervenciones psicológicas se llevó a cabo entre agosto de 2023 y mayo de 2024. Se revisaron exhaustiva y metódicamente 151 resultados de Scopus, 32 de Web of Science y 11 de PubMed, analizando el título, resumen, metodología, resultados y conclusiones. Se seleccionaron estudios originales que tuvieron como objetivo principal o secundario cuantificar el impacto de las intervenciones psicológicas en la mejora de la depresión en pacientes con insuficiencia cardíaca. Después de eliminar los artículos duplicados y aplicar los criterios de inclusión y exclusión, se eligieron 6 estudios, en su mayoría ensayos clínicos aleatorios. El propósito del estudio fue realizar una revisión de la literatura existente sobre la efectividad de las intervenciones psicológicas o terapéuticas para la mejoría de la depresión en pacientes con Insuficiencia Cardíaca ya sea esta de forma convencional o no convencional.

Los seis estudios descritos emplearon herramientas para evaluar y cuantificar la depresión de manera directa o indirecta, entre estos encontramos el inventario de Depresión de Beck (Helal et al., 2022; Khayati et al., 2020; Rocha et al., 2021; Freedland et al., 2022).

En relación a los aspectos inherentes propios de la investigación la puntuación media de autocuidado en el grupo TCC (Terapia Cognitiva Conductual) resultó ser significativamente mayor que en el grupo TC (Terapia Convencional) después de recibir la intervención. Además, la puntuación media de depresión del grupo de TCC de  $(26,95 \pm 5,53)$  después de la intervención fue significativamente inferior a la del grupo de TC de  $(36,04 \pm 8,45)$ , (Khayati et al., 2020). La intervención cognitivo-conductual TCC, en comparación con el entrenamiento convencional (EC), tuvo un mayor impacto positivo en la mejora del autocuidado y el alivio de la gravedad de los síntomas depresivos. Así como Los resultados demostraron un efecto positivo de la vida ( $p = 0,009$ ;  $d$  de Cohen = 0,593) y depresión ( $p = 0,033$ ). y depresión ( $p = 0,035$ ) en pacientes con IC. (Helal et al., 2022; Khayati et al., 2020; Rocha et al., 2021; Freedland et al., 2022; Johansson et al., 2019).

Por otro lado, Rocha señala un estudio en el cual puso a prueba una intervención psicológica realizada a corto plazo es decir 3 meses bajo el enfoque

del psicoanálisis cuyo resultado demostraron un efecto positivo de la vida (p=0,009; d de Cohen = 0,593) y depresión (p=0,035) en pacientes con IC. Sin embargo, no especifica de forma precisa las características de la mejora (Rocha et al., 2021).

Los estudios anteriores indican que una forma de terapia psicológica llamada Activación Conductual (BA) mejoró significativamente los síntomas depresivos de los participantes después de 6 meses, según el cuestionario PHQ-9. Además, a los 3, 6 y 12 meses, se observaron mejoras en la calidad de vida relacionada con la salud general, física y mental, así como en la calidad de vida específica de la insuficiencia cardíaca (Ishak et al., 2021).

La eficacia de las intervenciones psicológicas por teléfono se mide principalmente por la tasa de respuesta a la depresión entre el inicio y la semana 12. Se considera una respuesta positiva cuando hay una reducción del 50% o más en la puntuación del Cuestionario Rápido de Síntomas Depresivos (QIDS-SR). Además, se evalúan cambios secundarios en la función cardíaca, la calidad de vida y la gravedad de los síntomas depresivos durante las fases intensiva y de mantenimiento (Y. Zhang et al., 2019).

## **Discusión**

Los estudios analizados en esta revisión examinaron cómo las terapias psicológicas afectan los resultados físicos y/o psicológicos de los pacientes con insuficiencia cardíaca. En cuanto a los efectos en el área física de los pacientes, está claro que las intervenciones psicológicas en sus diferentes modalidades brindan un beneficio real al reducir la presión arterial sistólica., y la revisión bibliográfica indica que también podría reducirse la frecuencia y las palpitaciones. También se pudo observar una disminución significativa de algunos factores de riesgo físicos, como el impacto de la fatiga, la inestabilidad/mareo, la disnea y/o el cansancio (Ishak et al., 2021).

Todas las investigaciones confirmaron que diferentes métodos de intervención psicológica, mejoran el bienestar mental general. Algunos estudios encontraron efectos estadísticos significativos para condiciones psicológicas

generales, y mejorar el autocuidado así como desarrollar estilos de afrontamiento, mientras que otros estudios encontraron efectos positivos en condiciones psicológicas específicas, como el estrés, la ansiedad, y la depresión (Khayati et al., 2020).

Este estudio encontró que la intervención psicológica basada en la terapia cognitivo-conductual puede disminuir significativamente la gravedad de los síntomas de depresión en pacientes con insuficiencia cardíaca. En consonancia con este hallazgo, se descubrió que los tratamientos basados en terapias cognitivo-conductuales que se dirigen simultáneamente a la depresión y a la conducta de autocuidado en pacientes con insuficiencia cardíaca son efectivos para reducir o incluso eliminar los síntomas de depresión (Freedland et al., 2022) .

En un ensayo clínico sobre la aplicación de técnicas cognitivo conductuales a pacientes con insuficiencia cardíaca, las enfermeras descubrieron que las terapias cognitivo conductuales pueden mejorar su autoestima y disminuir significativamente sus puntuaciones de depresión (Rocha et al., 2021). Estos hallazgos de su estudio demuestran que la baja autoestima y el estado de ánimo deprimido pueden ser signos de depresión.

De manera similar, se ha informado que los pacientes con insuficiencia cardíaca que reciben terapia cognitivo-conductual en línea (online) pueden experimentar una disminución significativa de la depresión después de la intervención; además, ningún paciente experimentó un aumento en sus puntajes de depresión durante el seguimiento a largo plazo (Johansson et al., 2019).

Las variables relacionadas con la insuficiencia cardíaca también se han mejorado con otras intervenciones psicológicas. Por ejemplo, Zhang (2019) descubrió que enseñar habilidades de afrontamiento efectivas por teléfono mejora la autogestión y las conductas de salud, así como alivia la depresión y la ansiedad en tiempos de corto plazo y reduce la severidad de los síntomas de la insuficiencia cardíaca a largo plazo es decir aproximadamente un año.

Pacientes con insuficiencia cardíaca tienden a tener una visión negativa de sí mismos. Esto puede estar relacionado con una autoimagen negativa, dificultad para desempeñar roles, mala condición física, baja calidad de vida y menor esperanza de vida. Las terapias cognitivo-conductuales se enfocan en este pensamiento negativo y ayudan a los pacientes a: 1) reconocer sus creencias fundamentales que influyen en sus emociones, 2) entender la naturaleza dañina de los pensamientos negativos recurrentes, y 3) desarrollar estrategias adaptativas mediante la creación de patrones de pensamiento basados en nuevas percepciones saludables. La mejora de los patrones cognitivos conduce a la adopción de conductas saludables, la modificación del autoconcepto y la mejora de las emociones y la creatividad (Khayati et al., 2020).

Las intervenciones cognitivas dirigidas a reducir los pensamientos negativos mediante la detención del pensamiento y la afirmación parecen ser métodos convenientes y factibles para que los pacientes con insuficiencia cardíaca aumenten su adherencia al tratamiento (Helal et al., 2022). Quizás, la disminución de la gravedad de la depresión en este estudio haya contribuido a mejorar las conductas de autocuidado de los pacientes con insuficiencia cardíaca.

En la misma línea, tener confianza en la propia autoeficacia, que se reduce drásticamente en la depresión, no actúa como variable independiente sino como mediadora del autocuidado en este tipo de pacientes, y su refuerzo ayuda a tratar la depresión y a mejorar el compromiso con las conductas de autocuidado (Freedland et al., 2022; Johansson et al., 2019). Para explicar la promoción de las conductas de autocuidado junto con la disminución de la depresión en el estudio actual, podría afirmarse que la educación en autocuidado basada en principios cognitivo-conductuales o cualquier otra formación psicológica para pacientes con insuficiencia cardíaca que tenga como objetivo las habilidades de afrontamiento y el manejo de los síntomas puede aumentar las conductas de autocuidado y reducir la gravedad de los síntomas.

El estado de ánimo de los pacientes podría haber mejorado como resultado de esta mejora relativa tanto del estado físico como de la gravedad de sus síntomas. Este proceso puede haber contribuido a la reducción de la gravedad de

los síntomas depresivos en el estudio actual. Se sugiere que futuros estudios investiguen otras variables psicológicas y clínicas, dados los efectos positivos de la intervención propuesta en este estudio en dos variables (X. Zhang et al., 2023).

## **Conclusiones**

Esta investigación concluye que los enfoques psicológicos, como la terapia cognitivo-conductual, las intervenciones de tercera generación como la activación conductual, la terapia de aceptación y compromiso, así como las intervenciones psicodinámicas, tienen efectividad y pueden disminuir la gravedad de los síntomas depresivos en pacientes con insuficiencia cardíaca y promover conductas de autocuidado. Por su parte los métodos no convencionales de intervención mediante el uso de la línea telefónica, la psicoeducación, también ayudan a disminuir sintomatología depresiva y aumentar los recursos de un mejor autocuidado. Sin embargo, cabe precisar que los distintos tipos de intervención no precisan datos estadísticos con un porcentaje de efectividad esperado, como tampoco precisan las características específicas de mejora. En su mayoría los casos de estudio consideraron población femenina en mayor proporción que de hombres, lo cual tampoco permite precisar datos estadísticos claros y que sean significativos respecto a la mejoría tanto en hombres como mujeres, puesto que la adherencia al tratamiento y conceptualización de la enfermedad difiere entre ambos sexos. Otro aspecto a tener en cuenta sobre la mejoría que presentan los pacientes con IC es la no existencia de un consenso preciso del tiempo que se requiere para una mejoría, algunos señalan mejoras a corto plazo como otros esperan resultados a largo plazo lo que hace que sea algo más complejo medir las variables de mejora por la complejidad de la enfermedad y la respuesta de cada paciente. Diversos estudios apuntan a la terapia cognitiva conductual (TCC) como la más efectiva en este tipo de intervenciones sin embargo la evidencia no guarda correspondencia exacta al respecto.

Por lo tanto, se sugiere a los profesionales médicos que realicen evaluaciones a los pacientes con problemas cardíacos, ya que son comunes y

pueden presentar diversos síntomas físicos y emocionales. Esto también ayuda a fortalecer las estrategias de afrontamiento del paciente y permitir el desarrollo de intervenciones complementarias que pueden mejorar notablemente el bienestar físico y psicológico del paciente con problemas cardíacos.

### **Limitaciones y Fortalezas:**

El estudio actual tuvo limitaciones, incluida la necesidad de adquirir suscripciones subvencionadas o de pago para tener acceso a una variedad de fuentes de búsqueda confiables y reconocidas. Estos artículos no estaban disponibles de forma gratuita, lo que impedía obtener información completa. Una limitación adicional es la falta de ensayos clínicos realizados en áreas urbanas, rurales y nacionales. Por otro lado es importante reconocer la facilidad de búsqueda que te permiten lograr los sistemas informáticos actuales, fomentar así el deseo de la investigación.

### **Recomendaciones:**

Se recomienda diseñar intervenciones basadas en la comprensión de la disfunción psicológica que causa la depresión en los pacientes con insuficiencia cardíaca. Es importante identificar la morfología de la conducta y las relaciones funcionales que explican el origen y mantenimiento del malestar emocional de cada paciente. Las intervenciones deben atender las necesidades individuales e incorporar diferentes métodos de evaluación de la depresión, más allá de solo cuestionarios que registran la conducta verbal. Estas herramientas pueden incluir registros conductuales, síntomas o signos vitales, como se describe en dos de los estudios psicoterapéuticos.

## REFERENCIAS

World Health Organization. Depression. WHO. 2021 [citado el 5 de julio de 2022].

Disponible en: <https://www.who.int/health-topics/depression>

Banbury, A., Nancarrow, S., Dart, J., Gray, L., & Parkinson, L. (2018). Telehealth

interventions delivering home-based support group videoconferencing:

Systematic review. *Journal of Medical Internet Research*, 20(2), e8090.

<https://doi.org/10.2196/jmir.8090>

cardiólogo Diagnóstico cardiovascular San Miguel de Tucumán Tucumán

República Argentina, M., Bichara, V. M., Santillán, J., de Rosa, R., & Estofan,

L. (2016). Depresión en insuficiencia cardíaca crónica: causa o consecuencia.

*Insuf Card*, 11(4), 173–200. <http://www.insuficienciacardiaca.org>

Eguía, R. A. (2014). ¿Revisión sistemática, revisión narrativa o metaanálisis?

*Revista de La Sociedad Española Del Dolor*, 21(6), 359–360.

<https://doi.org/10.4321/S1134-80462014000600010>

Freedland, K. E., Skala, J. A., Carney, R. M., Steinmeyer, B. C., Rubin, E. H., &

Rich, M. W. (2022). Sequential Interventions for Major Depression and Heart

Failure Self-Care: A Randomized Clinical Trial. *Circulation: Heart Failure*,

15(8), 745–754. <https://doi.org/10.1161/CIRCHEARTFAILURE.121.009422>

Hawley, L. L., Padesky, C. A., Hollon, S. D., Mancuso, E., Laposka, J. M., Brozina,

K., & Segal, Z. V. (2017). Cognitive-Behavioral Therapy for Depression Using

Mind Over Mood: CBT Skill Use and Differential Symptom Alleviation.

*Behavior Therapy*, 48(1), 29–44. <https://doi.org/10.1016/J.BETH.2016.09.003>

Helal, S. I., Lee, G., Evans, C., & Grealish, A. (2022). The Efficacy of Psychological Interventions on Health-Related Quality of Life for Patients With Heart Failure and Depression: A Systematic Review. *Journal of Cardiovascular Nursing*, 37(2), 134–145. <https://doi.org/10.1097/JCN.0000000000000779>

Heron, N., Kee, F., Donnelly, M., Cardwell, C., Tully, M. A., & Cupples, M. E. (2016). Behaviour change techniques in home-based cardiac rehabilitation: a systematic review. *British Journal of General Practice*, 66(651), e747–e757. <https://doi.org/10.3399/BJGP16X686617>

Ishak, W. W., Korouri, S., Darwish, T., Vanle, B., Dang, J., Edwards, G., Black, J. T., Aronow, H., Kimchi, A., Spiegel, B., Hedrick, R., Chernoff, R., Diniz, M. A., Mirocha, J., Manoukian, V., Harold, J., Ong, M. K., Wells, K., Hamilton, M., & Danovitch, I. (2021). Personalized treatments for depressive symptoms in patients with advanced heart failure: A pragmatic randomized controlled trial. *PLOS ONE*, 16(1), e0244453. <https://doi.org/10.1371/JOURNAL.PONE.0244453>

Johansson, P., Westas, M., Andersson, G., Alehagen, U., Broström, A., Jaarsma, T., Mourad, G., & Lundgren, J. (2019). An Internet-Based Cognitive Behavioral Therapy Program Adapted to Patients With Cardiovascular Disease and Depression: Randomized Controlled Trial. *JMIR Mental Health*, 6(10), e14648. <https://doi.org/10.2196/14648>

Khayati, R., Rezaee, N., Shakiba, M., & Navidian, A. (2020). The Effect of Cognitive-Behavioral Training Versus Conventional Training on Self-care and

Depression Severity in Heart Failure Patients with Depression: A Randomized Clinical Trial. *Journal of Caring Sciences*, 9(4), 203–211.

<https://doi.org/10.34172/jcs.2020.31>

Montes Pena, F., Amorim, A., Fassbender, C., Oliveira, R. de F. J. de, & Faria, C. A. C. de. (2011). Insuficiência cardíaca e depressão: uma associação com desfechos negativos. *Insuficiencia Cardíaca*, 6(4), 170–178.

[http://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1852-38622011000400004&lng=es&nrm=iso&tlng=pt](http://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1852-38622011000400004&lng=es&nrm=iso&tlng=pt)

Park, J. K., Ahn, J. A., Hayman, L. L., Park, J. S., & Kim, C. J. (2023). Predictive Model for Quality of Life in Patients With Heart Failure. *Journal of Cardiovascular Nursing*, 38(4), 330–338.

<https://doi.org/10.1097/JCN.0000000000000942>

Ponikowski, P., Voors, A. A., Anker, S. D., Bueno, H., Cleland, J. G. F., Coats, A. J. S., Falk, V., González-Juanatey, J. R., Harjola, V.-P., Jankowska, E. A., Jessup, M., Linde, C., Nihoyannopoulos, P., Parissis, J. T., Pieske, B., Riley, J. P., Rosano, G. M. C., Ruilope, L. M., Ruschitzka, F., ... Davies, C. (2016). 2016 ESC Guidelines for the diagnosis and treatment of acute and chronic heart failure: The Task Force for the diagnosis and treatment of acute and chronic heart failure of the European Society of Cardiology (ESC) Developed with the special contribution of the Heart Failure Association (HFA) of the ESC. *European Heart Journal*, 37(27), 2129–2200.

<https://doi.org/10.1093/EURHEARTJ/EHW128>

Rocha, I., Cavalcanti, A. D., Figueiredo, L., Pereira, J., Oliveira, S. de, Cruz, D. da, Freitas, R. de, & Mesquita, E. T. (2021). The Effect of Psychotherapy on Anxiety, Depression, and Quality of Life of Patients with Heart Failure: A Randomized Clinical Trial. *International Journal of Cardiovascular Sciences*, 34(2), 188–196. <https://doi.org/10.36660/IJCS.20190190>

Rustad, J. K., Stern, T. A., Hebert, K. A., & Musselman, D. L. (2013). Diagnosis and Treatment of Depression in Patients With Congestive Heart Failure: A Review of the Literature. *The Primary Care Companion for CNS Disorders*, 15(4), 26254. <https://doi.org/10.4088/PCC.13R01511>

Salazar, T. H., López, C. F., del Río, B. R., & Barreiro, L. A. D. (2014). Relación de la depresión, ansiedad y calidad de vida en pacientes hospitalizados con insuficiencia cardíaca = Depression, anxiety and quality of life relationship in hospitalized heart failure patients. *Psicología y Salud*, 24(1), 25–34. <https://doi.org/10.25009/PYS.V24I1.717>

Silva-Ruz, C., Ruiz-Acacio, E. A., Pineda-Flores, C., & Landa-Ramírez, E. (2022). Intervención psicológica a distancia para el tratamiento de la depresión en insuficiencia cardíaca Remote psychological intervention for the treatment of depression heart failure Correspondencia. *Arch Cardiol Mex*, 92(4), 502–512. <https://doi.org/10.24875/ACM.21000248>

Sullivan, M., Simon, G., Spertus, J., & Russo, J. (2002). Depression-Related Costs in Heart Failure Care. *Archives of Internal Medicine*, 162(16), 1860–1866. <https://doi.org/10.1001/ARCHINTE.162.16.1860>

Taylor, W. D. (2014). Clinical practice. Depression in the elderly. *The New England Journal of Medicine*, 371(13), 1228–1236.

[https://doi.org/10.1056/NEJMCP1402180/SUPPL\\_FILE/NEJMCP1402180\\_DISCLOSURES.PDF](https://doi.org/10.1056/NEJMCP1402180/SUPPL_FILE/NEJMCP1402180_DISCLOSURES.PDF)

Wang, B., Lei, L., Zhang, H., Miao, F., Zhang, L., Tian, A., & Li, J. (2022). Change in Depressive Symptoms During the First Month of Discharge and 1-Year Clinical Outcomes in Patients Hospitalized for Heart Failure. *Journal of the American Heart Association*, 11(24), 27438.

<https://doi.org/10.1161/JAHA.122.027438>

Zhang, X., Ma, H., Lam, C. Y., Ho, G. W., & Mak, Y. W. (2023). Effectiveness of Acceptance and Commitment Therapy on self-care, psychological symptoms, and quality of life in patients with cardiovascular disease: A systematic review and meta-analysis. In *Journal of Contextual Behavioral Science* (Vol. 29, pp. 46–58). Elsevier. <https://doi.org/10.1016/j.jcbs.2023.05.007>

Zhang, Y., Lv, X., Jiang, W., Zhu, Y., Xu, W., Hu, Y., Ma, W., Sun, P., Yang, Q., Liang, Y., Ren, F., Yu, X., & Wang, H. (2019). Effectiveness of a telephone-delivered psycho-behavioural intervention on depression in elderly with chronic heart failure: Rationale and design of a randomized controlled trial. *BMC Psychiatry*, 19(1), 1–9. <https://doi.org/10.1186/S12888-019-2135-2/TABLES/1>

## ANEXOS

### Estrategia de Búsqueda (Tabla 1)

Tabla 1 Estrategia de Búsqueda

BASE DE DATOS	ESTRATEGIA DE BUSQUEDA	Nº DE ARTICULOS
SCOPUS	( TITLE-ABS-KEY ( depression ) AND TITLE-ABS-KEY ( heart AND failure ) AND TITLE-ABS-KEY ( psychological AND intervention ) ) AND ( LIMIT-TO ( PUBYEAR , 2020 ) OR LIMIT-TO ( PUBYEAR , 2021 ) OR LIMIT-TO ( PUBYEAR , 2022 ) OR LIMIT-TO ( PUBYEAR , 2023 ) OR LIMIT-TO ( PUBYEAR , 2024 ) ) AND ( LIMIT-TO ( SUBJAREA , "MEDI" ) OR LIMIT-TO ( SUBJAREA , "PSYC" ) ) AND ( LIMIT-TO ( DOCTYPE , "ar" ) OR LIMIT-TO ( DOCTYPE , "re" ) ) AND ( LIMIT-TO ( LANGUAGE , "English" ) ) AND ( LIMIT-TO ( EXACTKEYWORD , "Depression" ) OR LIMIT-TO ( EXACTKEYWORD , "Heart Failure" ) )	151 Artículos
WEB OF SCIENCE	(Título) AND heart failure (Todos los campos) and Depression (Should – Search within topic) and Cardiac Depression Scale (Should – Search within topic) and Myocardial Depression (Should – Search within topic) and Quality Of Life (Should – Search within topic) and articulo de revision (Tipos de documentos) and 2023 or 2022 or 2021 (Años de publicación) and Spanish or English (Idiomas)	32 Artículos
PUBMED	(("heart failure"[MeSH Terms] OR ("heart"[All Fields] AND "failure"[All Fields]) OR "heart failure"[All Fields]) AND ("depressed"[All Fields] OR "depression"[MeSH Terms] OR "depression"[All Fields] OR "depressions"[All Fields] OR "depression s"[All Fields] OR "depressive disorder"[MeSH Terms] OR ("depressive"[All Fields] AND "disorder"[All Fields]) OR "depressive disorder"[All Fields] OR "depressivity"[All Fields] OR "depressive"[All Fields] OR "depressively"[All Fields] OR "depressiveness"[All Fields] OR "depressives"[All Fields]) AND ("psychosocial intervention"[MeSH Terms] OR ("psychosocial"[All Fields] AND "intervention"[All Fields]) OR "psychosocial intervention"[All Fields] OR ("psychological"[All Fields] AND "intervention"[All Fields]) OR "psychological intervention"[All Fields])) AND ((y_5[Filter]) AND (fha[Filter]) AND (review[Filter]))	11 Artículos