



UNIVERSIDAD  
CATÓLICA  
DE CUENCA

**UNIVERSIDAD CATÓLICA DE CUENCA**

*Comunidad Educativa al Servicio del Pueblo*

**UNIDAD ACADÉMICA DE OTRAS MODALIDADES DE  
ESTUDIO**

**CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA**

**TERAPIAS PSICOLÓGICAS BASADAS EN EL USO DE  
TECNOLOGÍAS DE INFORMACIÓN Y COMUNICACIÓN**

**TRABAJO DE TITULACIÓN PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL  
TÍTULO DE PSICÓLOGA CLÍNICA**

**AUTOR: JHOJANA ROSALI VINTIMILLA MOLINA**

**DIRECTORA: JHOANA ELIZABETH CAMPOVERDE BARROS**

**CUENCA – ECUADOR**

**2023**

**DIOS, PATRIA, CULTURA Y DESARROLLO**



**UNIVERSIDAD CATÓLICA DE CUENCA**

*Comunidad Educativa al Servicio del Pueblo*

**UNIDAD ACADÉMICA DE OTRAS MODALIDADES  
DE ESTUDIO**

**CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA**

**TERAPIAS PSICOLÓGICAS BASADAS EN EL USO DE  
TECNOLOGÍAS DE INFORMACIÓN Y COMUNICACIÓN**

**TRABAJO DE TITULACIÓN PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL  
TÍTULO DE PSICÓLOGA CLÍNICA**

**AUTOR: JHOJANA ROSALI VINTIMILLA MOLINA**

**DIRECTOR: JHOANA ELIZABETH CAMPOVERDE BARROS**

**CUENCA – ECUADOR**

**2023**

**DIOS, PATRIA, CULTURA Y DESARROLLO**

**Declaratoria de autoría y responsabilidad**

**Jhojana Rosali Vintimilla Molina** portadora de la cédula de ciudadanía N° **0301919304**. Declaro ser autora de la obra: **“Terapias psicológicas basadas en el uso de tecnologías de información y comunicación”**, sobre la cual me hago responsable de las opiniones, versiones e ideas expresadas. Declaro que la misma ha sido elaborada respetando los derechos de propiedad intelectual de terceros y eximo a la Universidad Católica de Cuenca sobre cualquier reclamo que pudiera existir al respecto. Declaro finalmente que mi obra ha sido realizada cumpliendo con todos los requisitos legales, éticos y bioéticos de investigación, que la misma no incumple con la normativa nacional e internacional en el área específica de investigación, sobre la que también me responsabilizo y eximo a la Universidad Católica de Cuenca de todo reclamo al respecto.

Cuenca, **10 de mayo de 2023**

F: .....



**Jhojana Rosali Vintimilla Molina**

**C.I. 0301919304**

## CERTIFICACIÓN

Yo **Jhoana Elizabeth Campoverde Barros**, con cédula de identidad N° **0104478011** en calidad de Directora del Trabajo de Titulación con el tema: “**Terapias psicológicas basadas en el uso de tecnologías de información y comunicación**”, certifico que el presente trabajo fue desarrollado por **Jhojana Rosali Vintimilla Molina**, bajo mi supervisión.

F: .....

**Jhojana Rosali Vintimilla Molina**

**C.I. 0104478011**

## **Agradecimiento**

De niña me enseñaron a dar gracias por todas las situaciones que me han pasado en la vida, pues, todas me han dejado grandes e importantes aprendizajes; por ello, en este trabajo de titulación agradeceré a cada una de las personas que siempre han estado a mi lado y han sido mi apoyo incondicional.

A ti mami, por darme la vida y la posibilidad de experimentar lo maravillosa que es; a ti papi, por enseñarme a nunca bajar los brazos y, a mi familia, por haber sido un pilar fundamental en mi vida, hoy debo decir con mucho orgullo que sin su guía y apoyo no sería la mujer que soy. A esa persona especial quien siempre me apoyó para culminar esta Carrera, solo puedo decirle gracias por tanto y por todo. A mi Directora de este trabajo, que me ha apoyado en todo este proceso incondicionalmente; al personal de la Carrera de Psicología y Otras modalidades de Estudio, nada hubiera sido posible sin ustedes.

A todos los que me faltó nombrar *¡Vaya que son mucho!*, les digo gracias.

## **Dedicatoria**

A mis padres, hermanos, sobrinos, mías abuelitas, mis tíos y a cada persona que es parte de mi vida, quienes siempre han creído en mí.

Gracias por su amor, por su sacrificio, por su apoyo, por nunca dejarme y por enseñarme a no rendirme ante los obstáculos de la vida.

Este logro es también de ustedes.

## ÍNDICE

Resumen.....	8
Abstract .....	9
Introducción .....	10
Metodología .....	12
Definición de búsqueda.....	12
Ejecución de la búsqueda .....	13
Resultados y Discusión .....	14
<i>P1. ¿Cuáles son las terapias más utilizadas actualmente en la psicología?</i> .....	15
<i>P2. ¿Qué terapias psicológicas han sido mediadas por tecnología?</i> .....	17
<i>P3. ¿Qué efectos han tenido las terapias psicológicas mediadas por la tecnología?</i> .....	19
Conclusión .....	20
Referencias bibliográficas.....	22

## Resumen

En los últimos años diferentes situaciones han provocado aumento de trastornos de salud mental; es por ello que los servicios de salud se han visto en la necesidad de incrementar la contratación de profesionales en esta área, en la cual ha existido un aumento del uso de tecnología. Motivo por el cual, se realizó un análisis de la información existente sobre terapias psicológicas basadas en el uso de tecnologías de información y comunicación. Este estudio correspondió a una búsqueda en bases de datos científicas: Scopus, Web of Science, PubMed, Dialnet, Research Gate, Scielo y páginas oficiales de la Organización Mundial de la Salud, Organización Panamericana de la Salud y American Psychological Association; obteniendo un total de 51 documentos que fueron utilizados para la elaboración del presente documento. Se identificó que las terapias y procesos psicológicos se han visto beneficiados del avance tecnológico, utilizando dichos avances en sus diversos contextos, con resultados favorables para el usuario. En la actualidad el uso de tecnología ha innovado nuevos procesos de psicoterapia que han apoyado al mejoramiento de la salud mental.

**Palabras clave:** Telemedicina, psicoterapia, tecnología; telesalud, terapias psicológicas.

## **Abstract**

In recent years, various situations have led to an increase in mental disorders, so health services have found it necessary to recruit more professionals in this area, where the use of technology has increased. For this reason, the existing information on psychological therapies was analyzed using information and communication technologies. This study corresponded to a search in scientific databases such as Scopus, Web of Science, PubMed, Dialnet, Research Gate, SciELO, and official pages of the World Health Organization, Pan American Health Organization, and American Psychological Association, obtaining a total of 51 papers that were used for the preparation of this document. Therapies and psychological processes have benefited from technological advances, using them in various contexts with favorable results for the user. Currently, the use of technology has innovated new psychotherapy processes that have supported the improvement of mental health.

**Keywords:** Telemedicine, psychotherapy, technology; telehealth, psychological therapies.

## **Introducción**

La Organización Mundial de la Salud –OMS– (2022), define a la salud mental como un estado de bienestar que permite a las personas hacer frente a los momentos de estrés de la vida, desarrollar todas sus habilidades, poder aprender y trabajar adecuadamente y contribuir a la mejora de su comunidad. En los últimos años, diferentes situaciones han provocado aumento de trastornos en la salud mental; es por ello que los servicios de salud han incrementado la contratación de profesionales en esta área que ayuden a contener las diferentes situaciones (Guzmán et al., 2017; Macías Morón & Valero Aguayo, 2018). De ahí que, el psicólogo, como profesional de salud, tiene como objetivo establecer las técnicas y los principios psicológicos aplicando modelos, métodos y técnicas apoyadas en conocimientos que promuevan el bienestar, desarrollo y eficacia de individuos, familias y comunidades (European Certificate in Psychology, 2018); contribuyendo así a las necesidades de los servicios de salud.

En Latinoamérica, las intervenciones de los psicólogos no difiere de manera significativa, considerando que sus destrezas están establecidas de manera específica en su profesión, instaurando prácticas para el diagnóstico y evaluación, intervención de sus pacientes y aplicando en ellos la psicoterapia (Organización Panamericana de la Salud, 2022).

En el Ecuador, las diversas situaciones como las sociales, económicas, políticas y educativas han jugado un papel fundamental en la transformación social, afectando a algunas estructuras como la familiar y del desarrollo personal; generando problemas que requieren apoyo e intervención de profesionales en la salud mental para mantener la salud ante los problemas cotidianos que han alterado el contexto en el cual se desenvuelven los individuos; dando como resultado la reducción del estrés, ansiedad, miedos, temores, entre otros (Dravet et al., 2020). Evitando de esta manera mayores complicaciones y generando un compromiso para mejorar el estilo de vida de las personas, transformándose en sujetos de cambio, con alternativas nuevas que permitan guiar al individuo hacia una mayor estabilidad.

Hablar de Psicología, como ciencia, es adentrarse en un área de la salud mental que se encarga del estudio de los procesos mentales, percepciones, comportamientos y capacidades humanas; desde una disciplina analítica y fundamentalmente a partir los aspectos conductuales, afectivos y cognitivos, respetando los diferentes fenómenos socioculturales que con el tiempo han ido cambiando las formas tradicionales que ejercen en ella (Toasa Guachi et al., 2022). Los servicios psicológicos ya no solamente se pueden desarrollar con terapias personales, pues, el progreso tecnológico ha creado diferentes abordajes para estudiar la mente y los procesos psíquicos que aportan al contacto con el usuario y mejoran las dinámicas de las terapias psicológicas, facilitando de esta manera los procesos (Liu et al., 2020). Es así que, la salud

mental se ha beneficiado de estos progresos y ha empleado en su praxis los avances tecnológicos, aprovechado herramientas digitales de fácil acceso que desde el año 2008 se han ido posicionado dentro de esta rama (Sylke et al., 2017).

El profesional de Psicología Clínica, ha generado nuevos métodos para la aplicación de terapias psicológicas, haciendo uso de tecnologías de información y comunicación (TIC's) con el propósito de desarrollar acciones inherentes a su función entre las que se destacan el tratamiento, la prevención, la promoción y el mantenimiento de la salud mental; existiendo varias herramientas que apoyan a estos procesos como chats, redes sociales, blocs, canales de video y terapias online (Argüero Fonseca et al., 2021; Escobar Arango et al., 2022; Soler, 2020).

La sociedad actual comparte mucha información y adquiere nuevos conocimientos para realizar la mayoría de las actividades, utilizando para este fin herramientas dadas desde las TIC's, la cual explora todo formato de tecnología usada para almacenar, procesar, intercambiar información e interrelación social; herramientas que han facilitado y generado un impacto social beneficiando a áreas como la educación y la salud, por citar algunas de ellas (Malo Cerrato et al., 2023). En donde la tecnología se ha convertido en mediadora con la salud para proporcionar bienestar de las personas tanto que, de forma latente y transparente, muchas medidas biomédicas y comportamentales pueden ser valoradas desde los móviles, redes sociales, comercio electrónico, entre otros (Vera García et al., 2019).

En la actualidad, se cuenta con servicios de salud que utilizan la tecnología como la tele salud o telemedicina que se vale de videoconferencias, smartphone apps y email apoyando a distancia en otros escenarios a la salud mental; esta nueva forma de atención se potenció durante la pandemia por COVID-19 (Camacho et al., 2019; Vesga Ferreira et al., 2021); recurriendo a estas herramientas para afrontar el distanciamiento social. En el caso de la Psicología, utilizó esta nueva forma de aplicar los modelos terapéuticos mediados por la web y de manera virtual, disminuyendo las distancias, minimizando las barreras y facilitando eficazmente y de manera dinámica el ejercicio de la Psicología a una población que necesita este servicio (Zhou et al., 2020).

Cabe recalcar que, frente a esta pandemia, se incrementó la necesidad de atención psicológica, teniendo limitaciones en la modalidad de atención debido a las restricciones de cercanía interpersonal establecidas para evitar un mayor contagio; por lo que, en el área de la Psicología, han surgido modificaciones en cuanto a los servicios de atención los cuales han utilizado los avances tecnológicos; motivo por el cual, la presente investigación tuvo como objetivo analizar las terapias psicológicas que utilizan tecnologías de información y

comunicación; considerando las siguientes preguntas de investigación: ¿Cuáles son las terapias más utilizadas actualmente en la psicología? ¿Qué terapias psicológicas han sido mediadas por tecnología? ¿Qué efectos han tenido las terapias psicológicas mediadas por la tecnología?, información que puede ser de utilidad para futuras investigaciones que se enmarquen en el uso de dichas tecnologías dentro de los procesos psicológicos.

## **Metodología**

### **Tipo de estudio**

El presente estudio corresponde a una revisión bibliográfica, basado en 3 etapas esenciales:

- 1. Definición para la búsqueda:** Se definió una pregunta de búsqueda de información, determinando que el alcance de la información está determinado por criterios de inclusión y exclusión; así como, por una cadena de búsqueda.
- 2. Ejecución de la investigación:** Aquí se tomó la decisión de seleccionar los documentos y presentar los discernimientos para analizarlos.
- 3. Discusión de los resultados:** Se definieron los esquemas de identificación y se analizaron los resultados.

### **Definición de búsqueda**

Para este trabajo de investigación se buscó información en las bases de datos científicas: Scopus, Web of Science, PubMed, Dialnet, ResearchGate, Scielo y sitios oficiales de la Asociación Americana de Psicología, Organización Panamericana de la Salud y Organización Mundial de la Salud. Se utilizaron descriptores de búsqueda de ciencias de la salud establecidos en MESH y DeSC con los siguientes términos de búsqueda: “tecnología and terapias psicológicas”, “tecnología and salud mental”, “terapias psicológicas and telemedicina”, “psicoterapia and terapias psicológicas”, “psicoterapia and tecnología”, “technology and psychological therapies”, “technology and mental health”, “psychological therapies and telemedicine”, “psychotherapy and psychological therapies”, “psychotherapy and technology”.

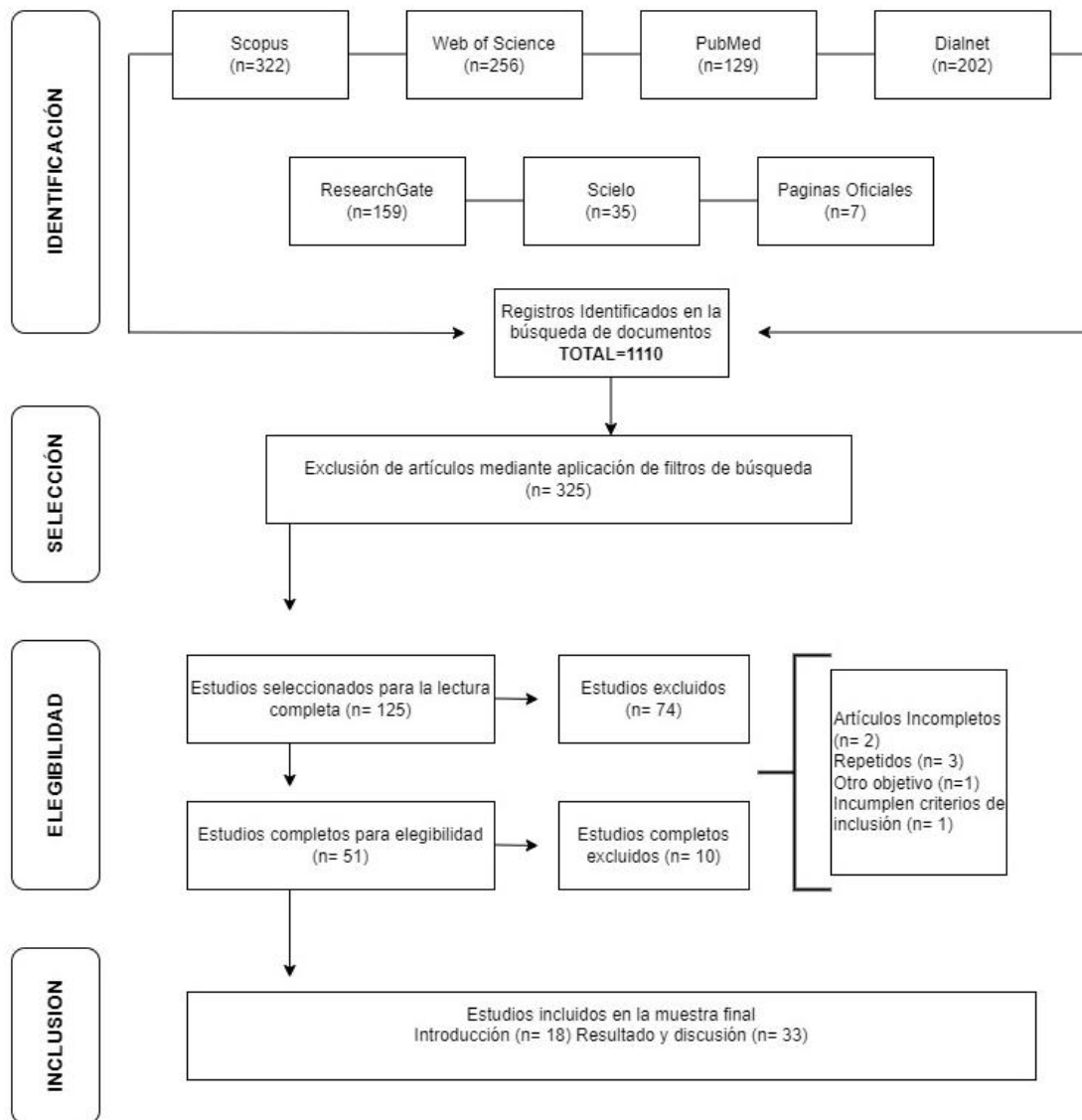
Dentro de los criterios de inclusión se consideraron artículos científicos de relevancia para el tema, documentos avalados por organizaciones internacionales, publicados en los últimos seis años, analizados de acuerdo a la necesidad del estudio y en idiomas como inglés, español y portugués; excluyéndose documentos que no cumplieron con los criterios antes mencionado.

### **Ejecución de la búsqueda**

La búsqueda se estableció de acuerdo a un análisis exhaustivo mediante la combinación de descriptores, lo cual dio como resultado un total de 1110 documentos de los cuales, tras la aplicación de criterios de inclusión y exclusión se obtuvo un total de 325 documentos. Se realizó un nuevo cribado por medio de la lectura de títulos y resúmenes, eliminándose 200 documentos; de los 125 documentos resultantes, se realizó una nueva selección en relación a la correspondencia con la investigación quedando 51 documentos de los cuales 18 se utilizó para la introducción y 33 fueron utilizados en los resultados; búsqueda que se establece en la Figura 1.

**Figura 1**

*Flujograma de la búsqueda bibliográfica*



## Resultados y Discusión

Una vez concluida la búsqueda de la información y analizados los documentos obtenidos se utilizaron 51 documentos, de los cuales 18 fueron utilizados en la introducción y 33 para los resultados y discusión. En cuanto a los años de publicación se encontraron: 7 documentos publicados en el año 2017 (27,27%), 6 en el año 2018 (18,18%), 3 en el año 2019 (0,90%), 5 en el año 2020 (1,51%), 2 en el año 2021 (0,60%), 6 en el año 2022 (18,18%) y 2 en el año 2023 (0,60%), documentos que se detallan en el Anexo 1. De estos documentos se utilizaron 12 para responder a la primera pregunta, 11 para la segunda pregunta y 14 para la tercera pregunta (ver Anexo 2).

### ***Pl. ¿Cuáles son las terapias más utilizadas actualmente en la psicología?***

Se define a la psicoterapia como una práctica empleada con el propósito de generar el alivio de síntomas y realizar a través de esta técnica la modificación de ciertos aspectos en la conducta; así como, prevenir reincidencias y problemas posteriores, utilizando distintos enfoques terapéuticos entre los que se destacan: la Terapia Cognitivo Conductual (TCC), que tiene la finalidad de explicar las intervenciones que resultan en una disminución del malestar psicológico, este modelo iniciado con Albert Ellis y Aaron Beck se centra en la investigación científica y ha sido comprobada a lo largo del tiempo; modelo que incluye a la psicoeducación, modificación de la conducta y activación fisiológica (Brnich et al., 2022; Ortega Reyes, 2019; Rodríguez Zafra & Gil Escudero, 2022).

La TCC se ha posicionado en la actualidad, la cual apareció con mayor fuerza en los años 70 y se ha quedado hasta la presente fecha; en un primer momento esta técnica se basó en el desarrollo del comportamiento y en un amplio conocimiento e investigación centrada en el aprendizaje, posteriormente Baldura realizó una contribución con su teoría del aprendizaje, dando mayor consolidación a este modelo (Fernando Gonzalez et al., 2017; Gálvez Lara et al., 2019).

Por su parte, Barlow (2018), sostiene que la TCC es una de las terapias más destacadas por los resultados obtenidos, según el autor se da por tres motivos; en primer lugar, por ser analizada dentro del campo de la psicoterapia; en segundo lugar, sus estudios fueron demostrando la eficacia en las intervenciones en comparación con otros modelos; finalmente, los modelos de la TCC, han sido bastante estudiados aunque, a pesar de ser una terapia eficaz, aún tiene presente su mejoramiento y desarrollo ya que existen casos en la que los usuarios no responden de manera satisfactoria a este enfoque.

Por otro lado, Vernon & Doyle (2018) manifiestan que es un tipo de psicoterapia que se encarga de resolver ciertas dificultades que se presentan actualmente y que es la de mayor uso, considerando que trata de modificar en los individuos conductas disfuncionales, emociones; al mismo tiempo valora elementos del contexto, aprendizaje, pensamientos y verbalizaciones; en relación a la utilidad de esta terapia, se muestran evidencias científicas que respaldan su eficacia sobre todo en patologías psiquiátricas y en los problemas clínicos.

Otra de las terapias que ha surgido es la basada en la evidencia, que en las últimas décadas se ha ido posicionando por su eficacia científica en las técnicas psicológicas y se ha convertido en un tema primordial para la profesión en los últimos tiempos, esto se debe, sobre todo, a situaciones que están relacionados con el avance científico de la profesión, determinado que las técnicas son adecuadas y al hecho de que la intervención psicológica es parte primordial

del Sistema de Salud (McLeod et al., 2017). Sin embargo, otra postura plantea que los hallazgos derivados por la investigación científica no ejercen una influencia significativa en la psicología aplicada, habiendo un amplia aprobación (Constantino et al., 2017).

En esta línea, Gálvez-Lara et al. (2019) indican que incluso cuando los profesionales de la salud mental utilizan esta técnica, es posible que no apliquen adecuadamente el tratamiento de TBE, basado en la evidencia para el tratamiento de los trastornos mentales, y es posible que no siempre utilicen todos los aspectos de esta terapia; además, muchas personas no emplean los procedimientos de tratamiento de forma adecuada; esta situación hace que los usuarios no se favorezcan de la TBE, lo que puede afectar negativamente a su salud y recuperación.

La terapia psicodinámica también se utiliza como una de las psicoterapias más populares y eficaces, en la cual las personas, en grupo, tratan de solventar dificultades personales que generan malestar psicológico, estableciendo mejores formas de relacionarse consigo mismos y con el medio que les rodea; esta técnica permite un ambiente que reproduce en un grado innegable algunas de las características de los grupos en los que se desenvuelve el individuo permitiéndoles desenvolverse de manera más saludable (Rodríguez Zafra & Gil Escudero, 2022).

En la actualidad, ha tomado auge la utilización de la Terapia Comunitaria Integrativa Sistémica (TCI), considerada como una metodología para el trabajo con grupos de forma horizontal, descolonizadora y respetuosa; permitiendo generar cambios comunitarios e individuales, basado en el estímulo hacia la construcción de vínculos solidarios y la promoción de la vida (Atienza Macías & Alkorta Idiakez, 2020; Vesga Ferreira et al., 2021).

Esta técnica se sustenta en cinco pilares filosóficos: el pensamiento sistémico, la teoría pragmática de la comunicación, la antropología cultural, la resiliencia y la pedagogía de Paulo Freire; postulados que generan un cambio en la concepción del modelo biomédico tradicional y establece un modelo de promoción de la salud y de las redes solidarias (Zambrano Ledesma & Dávila Vargas, 2018).

Sin duda estas nuevas posturas establecen nuevos postulados basados en la TCI, básicamente considerando a los individuos y la colectividad, respetando su historia, tradiciones, interrelaciones y su propia organización; asimismo, esta técnica considera que la comunicación es esencial y genera en el emisor y receptor la sincronía para poder entenderse y respetar la antropología cultural que existe entre ellos (O'Reilly-Knapp & Erskine, 2017).

## ***P2. ¿Qué terapias psicológicas han sido mediadas por tecnología?***

En la actualidad, las tecnologías han evolucionado de tal manera que cada día los avances de la ciencia ayudan a generar nuevas técnicas que se utilizan en diferentes áreas como la Psicología; ya que las TIC's emplean un conjunto de recursos que manejan dispositivos tecnológicos que ayuda a generar, compartir y cambiar información, siendo de gran utilidad en los diferentes ámbitos en las cuales se aplican (González Pena et al., 2017).

Las diversas formas de comunicación que existen han evolucionado de la mano con los avances tecnológicos, valiéndose de ellos para establecer procesos comunicativos y generar una interrelación social; en este sentido algunas de las poblaciones se han visto grandemente influidas por estos avances como los niños, adolescentes y adultos jóvenes; quienes utilizan dispositivos tecnológicos para interrelacionarse e intercambiar criterios e información; además, como forma de entretenimiento (Regidor & Ausín, 2020). De esta manera, su uso ha ido generando un impacto en los modelos comunicacionales en donde la ciencia, en sus diferentes disciplinas, se han aprovechado de estos avances llevándolos a ser utilizados en el área de la salud mental, siendo incluidas en el ejercicio profesional (de la Rosa Gómez et al., 2020).

La integración de la tecnología en la psicoterapia se realiza a través de diversos dispositivos tecnológicos que son afines al individuo tales como computadoras, celulares o video juegos (Cumellas Ruiz et al., 2020). De ahí que la psicoterapia se implementa por medio de recursos tecnológicos (RT), en donde la TCC se adapta mejor a estos recursos como las computadoras, ya que al ser un dispositivo en el que se puede estructurar modelos de intervenciones conductuales generan una psicoterapia que permite ser asistida por dichos dispositivos sin afección del proceso terapéutico (Distefano et al., 2017).

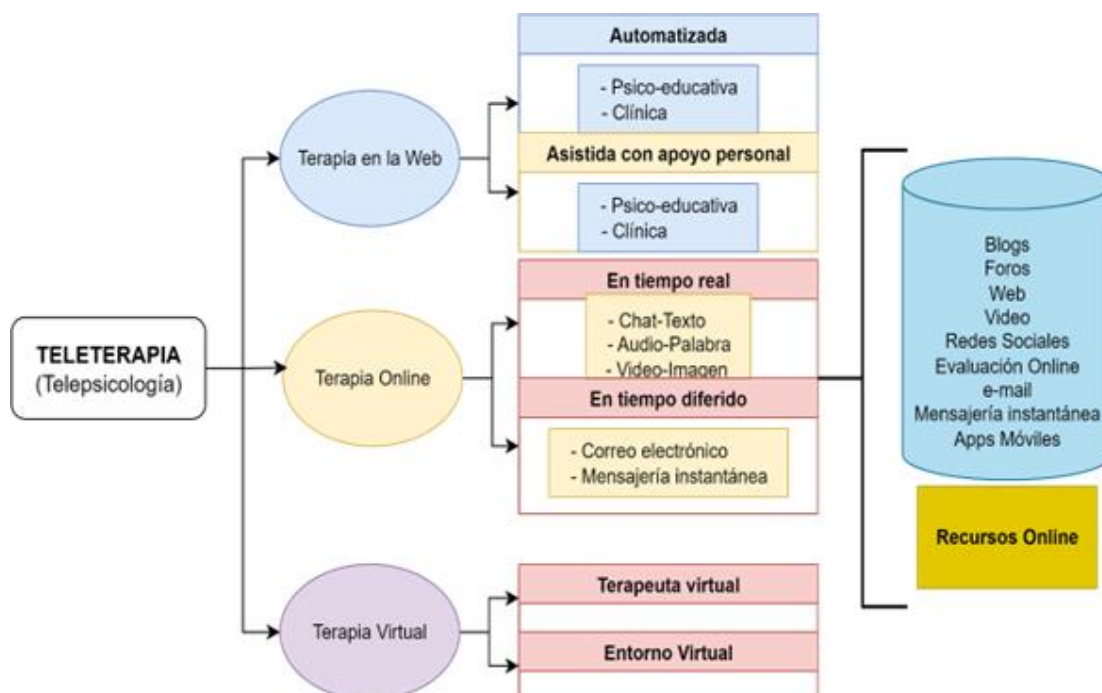
Estos avances han dado surgimiento a la telepsicología; término que se engloba a toda actividad que se desarrolla a distancia en la cual se establece un proceso psicoterapéutico, misma que se apoya en la TIC's a través de herramientas como redes sociales, internet, email, entre otros; considerando diferentes vertientes de educación, promoción y prevención; en este contexto, se emplea la teleterapia como una actividad utilizada por los profesionales psicólogos, la cual radica en ejecutar un tratamiento que utiliza medios virtuales evitando el contacto directo con el usuario de forma física y desarrollando el proceso a distancia (Guzmán et al., 2017; McLeod et al., 2017). Entre estos, se distingue la telemedicina la cual puede desarrollarse a través de videoconferencias, llamadas telefónicas o programas automatizados (con o sin asistencia de un psicólogo) destinados a la terapia virtual y estimulación con simuladores que permiten el desarrollo del tratamiento (Soto Triana & Gómez Villamizar, 2018; Trejos Gil et al., 2020).

Por otro lado, también puede referirse a e-health y m-health (términos tratados indistintamente), los cuales se encuentran relacionados con el tratamiento, prevención, promoción y mantenimiento de la salud; en este contexto las herramientas móviles o inalámbricas, redes sociales, laptops, tablets, celulares, entre otros permiten el acceso a diferentes grupos demográficos; sin embargo, a pesar de los avances científicos, no todos los países han sido capaces de lograr este tipo de atención, ya que requieren una cantidad considerable de mejoras científicas y tecnológicas al mismo tiempo (Dwyer et al., 2018).

Por otro lado, los seriousgames también llamados juegos serios, aplicaciones con fines y reglas concretas que de manera lúdica apoyan a los procesos terapéuticos con el fin determinado de establecer procesos de entrenamiento en ciertas funciones cognitivas, habilidades socioemocionales o destrezas motoras (herramientas de tipo autoadministrables) son RT que se encuentran disponibles a cualquier hora del día y, de acuerdo a la necesidad del paciente, tendrán un nivel o una complejidad diferente; teniendo diferentes propósitos como promoción, prevención y abordaje de patologías en estados leves o iniciales; cuya peculiaridad es la interacción del usuario con las TIC's (Gertrudis-Casado et al., 2022; Ladino Cañas & Caicedo Eraso, 2021); todo lo cual se resume en la Figura 2.

**Figura 2**

*Uso de las nuevas herramientas tecnológicas en la teleterapia*



### ***P3. ¿Qué efectos han tenido las terapias psicológicas mediadas por la tecnología?***

En el ejercicio de la profesión de Psicología, la digitalización de informes, tareas y test de evaluación son de larga data; las investigaciones han mostrado su fiabilidad y validez abarcando herramientas que complementan el que hacer del psicólogo facilitando su trabajo profesional y mejorando la gestión del usuario (Abad et al., 2022; Biagianti et al., 2023). Por otro lado, Adjerid & Kelley (2018) indica que la psicoterapia se puede integrar a la tecnología mediante: a) el uso de herramientas tecnológicas de uso común como computadoras, celulares, video juegos, entre otros; y b) por ciertos recursos psicoterapéuticos digitalizados conocidos como psicoterapias asistidas por computadoras (PAC). En el primer caso, la tecnología es introducida por medio de dispositivos que el usuario posee; en el segundo caso, se aplica a sistemas electrónicos que permiten el desempeño del proceso terapéutico a través de seriousgame, realidad virtual, intervenciones online autoadministrables o por biofeedback (Matthews & Thomas, 2022).

La utilidad que han tenido los RT cotidianos principalmente en adolescentes y niños han contribuido exponencialmente a fortalecer los procesos psicoterapéuticos y motivar al usuario a continuar con el tratamiento; de hecho, el avance y uso de los RT dentro de la psicoterapia, han tenido grandes frutos por la familiarización que estos usuarios tiene con los dispositivos digitales, lo que ha incrementado el uso de aplicaciones en realidad virtual la cual consiste básicamente en que el usuario se inserte en un ambiente mediado por la tecnología que genera un mayor realismo, consiguiendo de esta manera mejores resultados de los que se consigue a través de la imaginación; se debe aclarar que esta herramienta no es en sí un método terapéutico sino que complementa al proceso; pudiéndose también aplicarse en usuarios con trastornos de ansiedad y fobias específicas, pues, permite el debilitamiento de la evitación cognitiva en la presencia de un estímulo que es temido por el usuario (Giustiniani et al., 2023).

Existen también dispositivos de biofeedback que ofrecen un proceso de retroalimentación sobre la actividad fisiológica de un individuo, permitiendo identificar señales comunes como la respuesta electro dermal, respiración o el ritmo cardiaco; con lo cual el profesional enseña al usuario a controlar voluntariamente estos signos; de tal manera que si estos se ven alterados el entrenamiento va a permitir recuperar parámetros fisiológicos normales contribuyendo a su ejercicio y autonomía (Naslund et al., 2017; Sierra & Ruiz, 2022).

Por otro lado, la mayor preocupación de los profesionales de la salud mental sobre la eficacia de la terapias mediadas por tecnología es crear un alianza terapéutica; en algunos estudios se puede evidenciar que no se reflejan diferencias significativas en relación a las terapias presenciales y la obtenida por teleterapia, principalmente en lo que hace referencia a

la video conferencia, mostrando que la relación terapeuta-cliente, en las terapias no presenciales, son muy similares a la que se realiza con presencia cara a cara con el usuario encontrándose más bien como una relación positiva entre éste y el profesional (Barnett, 2019; Barrera Valencia et al., 2017; Naslund et al., 2017).

Con el paso del tiempo se han ido estableciendo una serie de recomendaciones para quienes han ido implementando esta modalidad de atención, estos aspectos considerados fueron recogidos por la Asociación Estadounidense de Psicología (APA) y están establecidos de la siguiente manera: 1) formación de profesionales sobre el uso de la tecnología, 2) necesidad de incluir y aceptar códigos éticos, 3) obtener el consentimiento informado del usuario, suministrándole la educación necesaria del proceso que se va a realizar, 4) explicarle adecuadamente sobre la confidencialidad de los datos a ser proporcionados, 5) informarle sobre la custodia y la medida de seguridad sobre sus datos, 6) autorización pertinente sobre los materiales usados, 7) cuidado de que las baterías utilizadas tengan un proceso de validación para el uso telemático, y 8) poseer investigación sobre el régimen que reglamenta su relación con el usuario (González Pena et al., 2017).

En relación a la deontología, que es un tema de interés el cual ha sido abordado últimamente ante la necesidad de la protección de los datos generados por ese método (Elosua, 2022; Fonseca Pedrero et al., 2022). Algunos concedores consideran aplicar la teleterapia basados en iguales esquemas deontológicos, también en este contexto existen otros profesionales que proponen nuevas adaptaciones sin perder los principios básicos de esta modalidad de atención como la generación de un contrato claro, confidencialidad y competencia profesional; sin embargo, se sugiere una exploración de la teleterapia y mayor flexibilización de los procesos, permitiendo de esta manera una mejor adaptación tecnológica (Rodríguez Yunta, 2020).

## **Conclusión**

En relación a las terapias que son utilizadas en la actualidad en la Psicología, de acuerdo a los documentos incluidos en la presente investigación, se determina que la Terapia Cognitivo Conductual (TCC), la Terapia Basada en la Evidencia (TBE), la Terapia Psicodinámica y la Terapia Comunitaria Integrativa Sistémica (TCI) son consideradas como las más aplicadas; todas las cuales se centran en aliviar la sintomatología del cliente, prevenir recaídas, incidir positivamente en sus relaciones personales e interpersonales y mejorar su calidad de vida.

En cuanto a la mediación de la tecnología en las terapias psicológicas, se puede concluir que han evolucionado de tal manera que cada día los avances de la ciencia ayudan a generar nuevas técnicas, estableciendo a través de las herramientas digitales procesos comunicativos que han ido generando un impacto en los diferentes modelos, en donde la ciencia y la tecnología apoya a la psicoterapia; los instrumentos más utilizados son celulares, videojuegos y computadoras a través de los cuales se puede establecer intervenciones que aportan a los procesos psicológicos y generan cambios positivos en los usuarios. Sin embargo, a pesar de los avances de la ciencia los países no se encuentran en equidad en cuanto al uso de dichas tecnologías, por lo que, la aplicación de la telepsicología o de las terapias mediadas por recursos tecnológicos no pueden ser aplicables a todos los contextos.

Finalmente, la mediación de la tecnología en las terapias psicológicas ha permitido la digitalización de tareas específicas como las de evaluación, informes y test; además, se han implementado nuevos procesos psicoterapéuticos que han gestionado de manera eficaz tanto la información del usuario como su tratamiento. Los recursos tecnológicos cotidianos, han generado principalmente un aporte significativo en poblaciones nativo digitales, contribuyendo de esta manera a la interrelación terapeuta-cliente y generando que el usuario se sienta más motivado con el tratamiento. Por último, se han utilizado dispositivos como los de biofeedback que ofrecen una retroalimentación de la realidad fisiológica de un individuo, permitiéndoles reconocer sus señales fisiológicas.

## Referencias bibliográficas

- Abad, F. J., Kreitchmann, R. S., Sorrel, M. A., Nájera, P., García Garzón, E., Garrido, L. E., & Jiménez, M. (2022). Building adaptive forced choice tests “On The Fly” for personality measurement. *Papeles del Psicólogo*, 43(1), 29–35. <https://doi.org/10.23923/PAP.PSICOL.2982>
- Adjerid, I., & Kelley, K. (2018). Big data in psychology: A framework for research advancement. *American Psychologist Association*, 73(7), 899–917. <https://doi.org/10.1037/AMP0000190>
- Argüero Fonseca, A., Aguirre Ojeda, D. P., Reynoso González, O. U., Girón Pérez, M. I., Espinosa Parra, I. M., & Sierra Murguía, M. A. (2021). Impacto de la telepsicología en la satisfacción de la atención a pacientes con Covid-19. *Psicología Iberoamericana*, 29(3), 57–79. <https://doi.org/10.16/CSS/JQUERY.DATATABLES.MIN.CSS>
- Atienza Macías, E., & Alkorta Idiákez, I. (2020). Soluciones tecnológicas para los problemas ligados al envejecimiento: cuestiones éticas y jurídicas. *Soluciones tecnológicas para los problemas ligados al envejecimiento*, 3, 1–181. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/libro?codigo=792422>
- Barlow David H. (2018). Manual clínico de trastornos psicológicos. En *Journal of Visual Languages & Computing* (Vol. 11, Número 3). [https://www.m-culture.go.th/mculture\\_th/download/king9/Glossary\\_about\\_HM\\_King\\_Bhumibol\\_Adulyadej's\\_Funeral.pdf](https://www.m-culture.go.th/mculture_th/download/king9/Glossary_about_HM_King_Bhumibol_Adulyadej's_Funeral.pdf)
- Barnett, J. E. (2019). The ethical practice of psychotherapy: Clearly within our reach. *Psychotherapy*, 56(4), 431. <https://doi.org/10.1037/PST0000272>
- Barrera Valencia, C., Benito Devia, A. V., Vélez Álvarez, C., Figueroa Barrera, M., & Franco Idárraga, S. M. (2017). Costo-efectividad de telepsiquiatría sincrónica frente a asincrónica para personas con depresión privadas de la libertad. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 46(2), 65–73. <https://doi.org/10.1016/J.RCP.2016.04.008>
- Biagianti, B., Foti, G., Di Liberto, A., Bressi, C., & Brambilla, P. (2023). CBT-informed psychological interventions for adult patients with anxiety and depression symptoms: A narrative review of digital treatment options. *Journal of Affective Disorders*, 325, 682–694. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/36690081/>

- Brnich, M. P., Ryberg, J. O., & Roussos, A. J. (2022). La perspectiva del paciente sobre la irrupción de las tecnologías de la información y comunicación en psicoterapia. *Diversitas*, 18(2). <https://doi.org/10.15332/22563067.8204>
- Camacho, R., Castillo Romero, H. C., Muñoz Valencia, M. V., & Zambrano Lozano, M. A. (2019). Diagnóstico de conectividad y dispositivos de telecomunicaciones para el desarrollo de la Telesalud de veinte hospitales en el Departamento del Tolima. *Cuaderno activa*, 11, 105–119. <https://doi.org/10.53995/20278101.584>
- Constantino, M. J., Coyne, A. E., & Penedo, J. M. G. (2017). Contextualized integration as a common playing field for clinicians and researchers: Comment on McWilliams. *Journal of Psychotherapy Integration*, 27(3), 296–303. <https://doi.org/10.1037/INT0000067>
- Cumellas Ruiz, L., Maria Sebastiani, E., Prats Fernandez, M. A., & Morales Aznar, J. (2020). Las Carreras de Orientación en Educación Física utilizando Teléfonos Móviles. *Revista del Deporte*, 29, 10–18. <https://web.s.ebscohost.com/abstract?direct=true&profile=ehost&scope=site&authtype=crawler&jrnl=1132239X&AN=150838781&h=RVSr%2BQgFWD%2FDCVOZBzTbzNxDVWfb%2FnrqvPYmtU%2Ba1lh9sVs4iv72O%2BAqxAEkRfdCFZKuT6mEHpnzREva%2FZJIBw%3D%3D&crl=c&resultNs=AdminWebAuth&re>
- de la Rosa Gómez, A., Moreyra Jiménez, L., & de la Rosa Montealvo, N. G. (2020). Intervenciones eficaces vía internet para la salud emocional en adolescentes: una propuesta ante la pandemia por COVID-19. *Hamut'ay*, 7(2), 18–33. <https://doi.org/10.21503/Resumen>
- Distefano, M. J., Cataldo, G., Mongelo, M. C., Mesurado, B., & Lamas, M. C. (2017). Conocimiento y uso de tecnologías digitales en psicoterapia entre los psicólogos de Buenos Aires. *Perspectivas en Psicología: Revista de Psicología y Ciencias Afines*, 15(1), 79–89. <https://www.redalyc.org/journal/4835/483555971007/html/>
- Dravet, F., Pasquier, F., Collado, J., & Castro, G. (2020). *Transdisciplinaridad y Educación del Futuro* (UNESCO). Universidade Catolica de Brasilia. <https://shs.hal.science/halshs-02881855>
- Dwyer, D. B., Falkai, P., & Koutsouleris, N. (2018). Machine Learning Approaches for Clinical Psychology and Psychiatry. *Annual Review of Clinical Psychology*, 14, 91–118. <https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-032816-045037>

- Elosua, P. (2022). Impact of ICT on the assessment environment. Innovations through continuous improvement. *Papeles del Psicólogo / Psychologist Papers*, 43(1), 3–11. <https://doi.org/10.23923/pap.psicol.2985>
- Escobar Arango, F., Flores Torres, A., Estrada Jiménez, M. J., & Agudelo Valencia, A. (2022). Panorama de las intervenciones psicológicas virtuales en Hispanoamérica y España antes de la pandemia COVID-19. Revisión documental. *Revista Virtual Universidad Católica del Norte*, 67, 217–248. <https://revistavirtual.ucn.edu.co/index.php/RevistaUCN/article/view/1476/1771>
- European Certificate in Psychology. (2018). *Competencias de los psicólogos*. EuroPsy. <https://www.europsy.cop.es/index.php?page=competencias-de-los-psicologos>
- Fernando Gonzalez, D., Andrea, T., Barreto Porez, P., & Cognitiva, T. (2017). Terapia Cognitiva: Antecedentes, teoría y metodología [Investigación documental]. *Revista Iberoamericana de Psicología*, 10(2), 99–107. <https://doi.org/10.33881/2027-1786.RIP.10211>
- Fonseca Pedrero, E., Ródenas Perea, G., Pérez Albéniz, A., Al Halabí, S., Pérez, M., & Muñiz, J. (2022). The Time of Ambulatory Assessment. *Papeles del Psicólogo*, 43(1), 21–28. <https://doi.org/10.23923/PAP.PSICOL.2983>
- Gálvez Lara, M., Corpas, J., Velasco, J., & Moriana, J. (2019). El conocimiento y el uso en la práctica clínica de los tratamientos psicológicos basados en la evidencia. *Clínica y Salud*, 30(3), 115–122. <https://doi.org/10.5093/CLYSA2019A12>
- Gertrudis-Casado, M. D. C., Gálvez-De-la-cuesta, M. D. C., Romero-Luis, J., & Gertrudix, M. (2022). Serious games as an efficient strategy for science communication in the Covid-19 pandemic. *Revista Latina de Comunicacion Social*, 2022(80), 40–62. <https://doi.org/10.4185/RLCS-2022-1788>
- Giustiniani, A., Danesin, L., Pezzeta, R., Masina, F., Oliva, G., Aracara, G., Burgio, F., & Pierfranco, C. (2023). Use of Telemedicine to Improve Cognitive Functions and Psychological Well-Being in Patients with Breast Cancer: A Systematic Review of the Current Literature. *Cancers*, 15(1353), 2–20. <https://www.mdpi.com/2072-6694/15/4/1353>
- González Pena, P., Torres, R., Barrio, V. del, & Olmedo, M. (2017). Uso de las nuevas

- tecnologías por parte de los psicólogos españoles y sus necesidades. *Clínica y Salud*, 28(2), 81–91. <https://doi.org/10.1016/J.CLYSA.2017.01.001>
- Guzmán, G., Putrino, N., Martínez, F., & Quiroz, N. (2017). Nuevas tecnologías: Puentes de comunicación en el trastorno del espectro autista (TEA). *Terapia psicológica*, 35(3), 247–258. <https://doi.org/10.4067/S0718-48082017000300247>
- Ladino Cañas, P. K., & Caicedo Eraso, J. C. (2021). El uso de videojuegos serios en ciencias para la salud. *Revista Salud Uninorte*, 37(3), 781–802. <https://doi.org/10.14482/sun.37.3.615.851>
- Liu, S., Yang, L., Zhang, C., Xiang, Y. T., Liu, Z., Hu, S., & Zhang, B. (2020). Online mental health services in China during the COVID-19 outbreak. *The Lancet Psychiatry*, 7(4), e17–e18. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(20\)30077-8](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(20)30077-8)
- Macías Morón, J. J., & Valero Aguayo, L. (2018). La psicoterapia on-line ante los retos y peligros de la intervención psicológica a distancia. *Apuntes de Psicología*, 36(1–2), 107–113. <https://www.apuntesdepsicologia.es/index.php/revista/article/view/717>
- Malo Cerrato, S., Martín Perpiñá, M., & Cornellà Font, M. (2023). Factores psicosociales y comportamiento de bajo riesgo de uso de TIC en adolescentes. *Revista Científica de educamunicación*, 31(75), 103–113. <https://doi.org/10.3916/C75-2023-08>
- Matthews, S., & Thomas, R. (2022). Virtual Game Jam: Collaborative Pathway to Serious Games for Health. *International Journal of Serious Games*, 9(1), 35–42. <https://doi.org/10.17083/IJSG.V9I1.454>
- McLeod, B. D., Southam Gerow, M. A., Jensen Doss, A., Hogue, A., Kendall, P., & Weisz, J. (2017). Benchmarking Treatment Adherence and Therapist Competence in Individual Cognitive-Behavioral Treatment for Youth Anxiety Disorders. *Journal of Clinical Child & adolescent Psychology*, 48(1), S234–S246. <https://doi.org/10.1080/15374416.2017.1381914>
- Naslund, J. A., Aschbrenner, K. A., Araya, R., Marsch, L. A., Unützer, J., Patel, V., & Bartels, S. J. (2017). Digital technology for treating and preventing mental disorders in low-income and middle-income countries: a narrative review of the literature. *The Lancet Psychiatry*, 4(6), 486–500. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(17\)30096-2](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(17)30096-2)
- O'Reilly-Knapp, M., & Erskine, R. (2017). Los Conceptos Centrales de un Análisis

- Transaccional Integrativo. *Instituto de Psicoterapia Integrativa*, 33(2), 11–19.  
<https://www.integrativetherapy.com/es/articles.php?id=102>
- Organización Mundial de la Salud. (2022). *Por qué la salud mental debe ser una prioridad al adoptar medidas relacionadas con el cambio climático*. Organización Mundial de la Salud. <https://www.who.int/es/news/item/03-06-2022-why-mental-health-is-a-priority-for-action-on-climate-change>
- Organización Panamericana de la Salud. (2022). *Salud Mental*. OPS.  
<https://www.paho.org/es/temas/salud-mental>
- Ortega Reyes, M. (2019). Características distintivas de las terapias conductuales de tercera generación. *Revista Especializada en ciencias de la Salud*, 10–12.  
[https://www.researchgate.net/publication/337144826\\_Caracteristicas\\_distintivas\\_de\\_las\\_terapias\\_conductuales\\_de\\_tercera\\_generacion](https://www.researchgate.net/publication/337144826_Caracteristicas_distintivas_de_las_terapias_conductuales_de_tercera_generacion)
- Regidor, N., & Ausín, B. (2020). Tecnologías de información y comunicación (TIC) aplicadas al tratamiento de los problemas de ansiedad. *Clínica Contemporánea*, 11(2).  
<https://doi.org/10.5093/cc2020a8>
- Rodríguez Yunta, E. (2020). Desafíos éticos en investigación genómica y biotecnología. Veinte años de *Acta Bioethica*. *Acta Bioethica*, 26(2), 137–145. <http://dx.doi.org/10.4067/S1726-569X2020000200137>
- Rodríguez Zafra, M., & Gil Escudero, G. (2022). Psicoterapia Psicodinámica y Psicoterapia de Grupo: Conceptos e Intervenciones Terapéuticas. *Revista de Psicoterapia*, 33(121), 27–40. <https://doi.org/10.33898/rdp.v33i121.1118>
- Sierra, M. A., & Ruiz, F. J. (2022). Content validity and perceived utility of a self-help online acceptance and commitment therapy program focused on repetitive negative thinking. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 26, 1–10.  
<https://doi.org/10.1016/J.JCBS.2022.08.003>
- Soler, A. B. (2020). *Eficacia de una intervención psicológica breve basada en mindfulness aplicada a través de internet para el tratamiento de la depresión en atención primaria: un estudio controlado aleatorizado*. Universidad de Zaragoza, Prensas de la Universidad.  
<http://zaguan.unizar.es>
- Soto Triana, J. S., & Gómez Villamizar, C. (2018). Avances en realidad virtual e intervenciones

- en psicología clínica. *Tesis Psicológica*, 13(1), 1–14.  
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=139059076005>
- Sylke, A., Shulz, H., Volkert, J., Dhoust, M., Sehner, S., Suilin, A., Ausin, B., Canuto, A., Crawford, M., Chara, D. R., Grassi, L., Hershkovitz, Y., Muñoz, M., Wegcheider, K., Hans Ulrich, W., & Harter, M. (2017). Prevalence of mental disorders in elderly people: The European MentDis\_ICF65+ study. *The British Journal of Psychiatry*, 210, 125–131.  
<https://doi.org/10.1192/BJP.BP.115.180463>
- Toasa Guachi, L. A., Toasa Guachi, R. M., Toasa Guachi, L. A., & Toasa Guachi, R. M. (2022). El proceso de aprendizaje virtual y su incidencia en la salud mental de los estudiantes. *Revista Científica UISRAEL*, 9(1), 49–68.  
<https://doi.org/10.35290/RCUI.V9N1.2022.496>
- Trejos Gil, C. A., Castro Escobar, H. Y., & Amador Sánchez, O. A. (2020). Indicador de Medición en Psicología online en América Latina en tiempos de pandemia. *Revista Latina de Comunicación Social*, 78, 457–476.  
<https://nuevaepoca.revistalatinacs.org/index.php/revista/article/view/168/829>
- Vera García, B. M., Castro Sacoto, J. A., & Caicedo Gualé, L. C. (2019). La intervención del psicólogo a través de las redes sociales:: Una perspectiva desde la ética. *Didasc@lia: Didáctica y Educación*, 10(2), 133–146.  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7244453&info=resumen&idioma=EN>  
 G
- Vernon, A., & Doyle, K. (2018). *Cognitiv Behavior Therapies. A guidebook for practitioners*. American Counseling Association. <https://imic.counseling.org/images/large/78135-FM.pdf>
- Vesga Ferreira, J. C., Contreras Higuera, M. F., & Vesga Barrera, J. A. (2021). Nuevos desafíos en el desarrollo de soluciones para e-health en Colombia, soportados en Internet de las Cosas (IoT). *Revista EIA*, 18(36), 1–19. <https://doi.org/10.24050/reia.v18i36.1508>
- Zambrano Ledesma, C., & Dávila Vargas, S. (2018). La Terapia Comunitaria Integrativa Sistémica: experiencias socio-comunitarias y aprendizajes de su aplicación en Ecuador, Argentina y Chile. *Trenzar. Revista de Educación Popular, Pedagogía Crítica e Investigación Militante*, 1, 48–64.  
<https://www.revista.trenzar.cl/index.php/trenzar/article/view/3/7>

Zhou, X., Snoswell, C. L., Harding, L. E., Bambling, M., Edirippulige, S., Bai, X., & Smith, A. C. (2020). The Role of Telehealth in Reducing the Mental Health Burden from COVID-19. *Telemedicine and e-health*, 26(4), 377–379. <https://doi.org/10.1089/TMJ.2020.0068>

## Anexo 1

### Tabla 1

*Principales resultados extraídos de los documentos analizados que responderán a las preguntas de investigación*

	AUTORES	AÑO DE PUBLICACIÓN	RESULTADOS
A1	O'Reilly-Knapp & Erskine, 2017	2017	En el Análisis Transaccional Integrativo, los constructos conceptuales, las teorías y las subteorías están organizados en una Teoría de la Motivación, una Teoría de la Personalidad y una Teoría de los Métodos.
A2	González Tuta et al.	2017	Entre los hallazgos referentes a los antecedentes se identificó la influencia de antiguos filósofos tales como Epíteto, Séneca, Kant y Popper, así como de psicoanalistas como Freud, Horney y Sullivan; en cuanto a la teoría se identificaron elementos que componen su estructura, como el reconocimiento de tres niveles de respuesta (cognición, emoción y comportamiento)
A3	McLeod et al.	2017	Investigó si la integridad lograda por los terapeutas en entornos comunitarios alcanzó un punto de referencia establecido por los terapeutas en un entorno de investigación cuando administraron el mismo EBT, un tratamiento cognitivo-conductual individual (ICBT) para la ansiedad juvenil. Los terapeutas (N = 29; 68,97 % blancos; 13,79 % hombres) proporcionaron ICBT a 68 jóvenes (M edad = 10,60 años, SD = 2,03; 82,35 % blancos; 52,94 % hombres) diagnosticados con un trastorno de ansiedad principal en entornos comunitarios o de investigación.
A4	Constantino et al.	2017	La psicoterapia, parece importante abstenerse de contribuir a la dicotomía artificial relacional-factor específico. Presentamos una resolución de esta división, que llamamos integración de la psicoterapia
A5	González-Peña et al.	2017	La Terapia Cognitiva es una terapia breve con un enfoque activo y directivo, asumido en gran parte por el terapeuta, lo cual la distingue de otros procesos terapéuticos. También es de destacar la brevedad del proceso y el elevado nivel de estructuración.
A6	Distefano et al.	2017	Se confeccionó una encuesta ad-hoc que permaneció online durante cinco meses. El análisis descriptivo de los datos reflejó que el 78,7 % tiene conocimiento de los recursos tecnológicos con fines comunicacionales y que el 26,6 % los conoce como complementarios a intervenciones clínicas, aunque es casi nulo su uso. Se concluye la necesidad de mayor difusión en la región de estos nuevos recursos para una práctica psicoterapéutica actualizada
A7	Guzmán et al.	2017	El uso de tecnologías para mejorar y estimular particularmente la comunicación de los niños con TEA ha aumentado en los últimos tiempos de manera exponencial. Por lo tanto, el uso de un software personalizado en dispositivos móviles permitirá que se avance con su tratamiento fuera del ámbito clínico pudiendo utilizarlo en su casa/escuela para comunicarse con sus vínculos sociales cercanos.

A8	Naslund et al.	2017	Los dispositivos de biofeedback ofrecen un proceso de retroalimentación sobre el estado actual de la activación fisiológica de un individuo permitiendo el reconocimiento de las señales fisiológicas
A9	Barrera-Valencia et al.	2017	La teleterapia, especialmente en lo que hace referencia a la video conferencia, mostrando que la alianza terapéutica en la terapia a distancia concluye que ésta es muy similar a la que se realiza con presencia cara a cara con el paciente encontrándose más bien como una relación positiva entre el usuario y el profesional
A10	Dwyer, Dominic B.	2018	a e-salud y la m-salud (términos que en algunos casos se utilizan como sinónimo), refiriéndose ambos a la promoción, prevención, tratamiento y mantenimiento de la salud; en este contexto las herramientas móviles o inalámbricas, como mensajes de texto, dispositivos portátiles, redes sociales y sensores remotos permiten el acceso a poblaciones plurales
A11	Barlow David H.	2018	Presenta intervenciones psicológicas basadas en la evidencia
A12	Adjerid, Idris	2018	Las aplicaciones de realidad virtual que consiste básicamente en la utilización de un ambiente creado por un dispositivo en el que el paciente puede alcanzar un grado de inmersión y mayor realismo consiguiendo mejores resultados que la que se consigue por medio de la imaginación, colaborando así con el tratamiento terapéutico
A13	Vernon & Doyle.	2018	Se muestra diferentes enfoques de la terapia cognitivo-conductual (TCC) y se centra en la aplicación de estas diversas teorías en la práctica real., la terapia de aceptación y compromiso, la terapia dialéctica conductual y el mindfulness.
A14	Zambrano Ledesma & Dávila Vargas	2018	Expone experiencias socio-comunitarias respecto a la aplicación de la metodología Terapia Comunitaria Integrativa Sistémica (TCI) en Ecuador, Argentina y Chile.
A15	Soto Triana & Gómez Villamizar	2018	Para mejorar y estimular particularmente la comunicación de los niños con TEA ha aumentado en los últimos tiempos de manera exponencial. Por lo tanto, el uso de un software personalizado en dispositivos móviles permitirá que se avance con su tratamiento fuera del ámbito clínico pudiendo utilizarlo en su casa/escuela para comunicarse con sus vínculos sociales cercanos.
A16	Gálvez-Lara et al.	2019	Los resultados señalan que, a excepción de las terapias cognitivo-conductuales, el impacto de los tratamientos basados en la evidencia es limitado, pudiendo influir en dicho impacto el tipo de acreditación profesional y los años de experiencia clínica. Los hallazgos de este estudio apoyan la idea de que los resultados de la investigación no se implementan ni consolidan del todo en los ámbitos aplicados.
A17	Barnett, J. E.	2019	La mayor preocupación de los profesionales de la salud mental sobre la eficacia de las terapias mediadas por tecnología es crear una alianza terapéutica; en algunos estudios se puede evidenciar que no se reflejan diferencias significativas en relación a las terapias presenciales y la obtenida por teleterapia
A18	Ortega	2019	Las terapias conductuales contextuales (CBST), inicial fue como análisis

	Reyes		de la conducta clínica por enfatizar su relación estafa el análisis conductual, como CBST por enfatizar su relación con la ciencia conductual contextual (CBS).
A19	Atienza Macías & Alkorta Idiakez.	2020	Identifican y proponen respuestas a los diversos problemas jurídicos que plantea la implementación de las nuevas tecnologías como herramienta para hacer frente al envejecimiento poblacional que se enfrenta la sociedad actual y grava los sistemas de salud europeos
A20	Regidor & Ausín	2020	La Terapia Cognitiva es una terapia breve con un enfoque activo y directivo, asumido en gran parte por el terapeuta, lo cual la distingue de otros procesos terapéuticos, las limitaciones de este enfoque, se resalta la necesidad de validación empírica de variables relacionadas con el papel del terapeuta
A21	Cumellas Ruiz et al., 2020	2020	Integrar la tecnología a la psicoterapia, hace referencia a la utilización de los distintos medios tecnológicos comunes como los celulares, videojuegos, computadoras.
A22	De la Rosa Gómez et al.,	2020	En sus diferentes disciplinas la tecnología ha ido posicionando, y han aprovechado de estos avances llevándolos a ser utilizados en el área de la salud mental, siendo incluidas en el ejercicio profesional
A23	Elosua, Paula	2020	La tecnología digital ya forma parte de las prácticas relacionadas con el uso de test, y de la evaluación psicológica y educativa; la forma en que se diseñan test, se recogen datos, o los modelos para su análisis han evolucionado. En este entorno dinámico, la experiencia y el conocimiento relacionado con la medición en psicología nos arrojan la capacidad y oportunidad de integrar y expandir los pilares en los que se asienta las buenas prácticas relacionadas con el uso de test: fiabilidad, validez y uso ético
A24	Ferreira, Vesga Carlos et al.	2021	El desarrollo de soluciones soportadas en los conceptos de <i>e-health</i> y <i>m-health</i> representan una gran oportunidad para superar las grandes limitaciones de cobertura, equidad y calidad de los servicios de salud de países como Colombia, especialmente en analizar nuevas estrategias que permitan superar las limitaciones establecidas por la norma dada en la Resolución 1448 de 2006, en la incorporación de servicios soportados en tecnologías de telemedicina, según la cual, sólo se pueden habilitar servicios de telemedicina al interior de una IPS, a cargo de un profesional de la salud.
A25	Ladino Cañas & Caicedo Eraso	2021	Los seriousgames también llamados juegos serios aplicaciones con fines y reglas concretas que de manera lúdica apoyan a los procesos terapéuticos con el propósito específico de entrenamiento en funciones cognitivas, destrezas motoras o habilidades socioemocionales, estas herramientas autoadministrables son recursos online disponibles a cualquier hora del día, y de acuerdo a la necesidad del paciente va a tener un nivel o una complejidad diferente
A26	Abad, Francisco J.	2022	Los nuevos desarrollos metodológicos y tecnológicos de la última década permiten resolver, o al menos atenuar, los problemas psicométricos de los test de elección forzosa (EF) para la medición de la personalidad. En estas pruebas, a la persona evaluada se le muestran bloques de dos o más frases de parecida deseabilidad social, entre las que debe elegir aquella que le represente mejor. De esta manera, los test

			de EF buscan reducir los sesgos de respuesta en pruebas de autoinforme. No obstante, su uso no está exento de riesgos y complicaciones si no se elaboran adecuadamente
A27	Sierra & Ruiz, 2022	2022	Las estrategias de telesalud se han vuelto fundamentales para responder a la emergencia sanitaria por la pandemia del COVID-19. En este contexto, cobra mayor relevancia el desarrollo de intervenciones psicológicas en línea (OPI) que puedan tratar y las dificultades psicológicas prevenir
A28	“Rodríguez Zafra & Gil Escudero	2022	La esencia de la psicoterapia psicodinámica, en general tanto individual como de grupo, consiste en la concepción de que los problemas y trastornos psicológicos, el dolor psicológico o emocional, en general, surgen del conflicto o de la interacción entre fuerzas psicológicas opuestas. Estas fuerzas psicológicas pueden surgir del conflicto entre lo inconsciente y lo consciente.
A29	“(Gertrudis-Casado et al.	2022	Se analizo el modelo de producción y seguidamente la estrategia lúdica de las tres tipologías de videojuegos que ofrece la muestra: basados en la reacción, recreación y estrategia. Como último elemento de análisis, la jugabilidad aporta una triple visión donde destaca especialmente la usabilidad de los juegos.
A30	“Matthews & Thomas	2022	La tecnología a través de los dispositivos con los que el paciente cuenta; los segundos, a los sistemas electrónicos que ayudan al desarrollo del proceso terapéutico mediante la aplicación de realidad virtual, biofeedback, seriousgame o intervenciones online autoadministrables
A31	Fonseca - Pedrero	2022	La mayoría de los procedimientos de evaluación en psicología se basan en el análisis descriptivo de conductas, tales como afectos, estados, rasgos, síntomas, etc., y se llevan a cabo mediante el uso de test de lápiz y papel o entrevistas. Además, se administran en contextos artificiales, como consultas, centros de salud, laboratorios, aulas, etc. Se trata generalmente de evaluaciones estáticas, llevadas a cabo en amplios intervalos temporales y con poca frecuencia, lo que conduce a una colección de indicadores únicos e instantáneos del comportamiento
A32	Giustiniani et al., 2023)	2023	La utilidad que han tenido los RT cotidianos principalmente en los niños y adolescentes han contribuido exponencialmente al fortalecimiento de la alianza terapéutica y generan mayor motivación para seguir con el tratamiento, de hecho, el avance y la implementación de estos dispositivos.
A33	Biagianti, Bruno	2023	Se analizan los resultados de 35 ECA que examinaron 33 intervenciones (25 basadas en Internet, 6 basadas en dispositivos móviles, a2 móviles/web). La calidad de las pruebas difirió ampliamente, ya que muchos ECA a pequeña escala sólo informaron de la viabilidad a corto plazo y la eficacia preliminar. Los efectos de las intervenciones digitales basadas en la TCC fueron sustancialmente mayores en comparación con la lista de espera que con las condiciones de control activo.

Fuente: Documentos revisados

## Anexo 2

**Tabla 2**

*Categorización de los documentos utilizados para los resultados*

CATEGORÍAS	ESTUDIOS SELECCIONADOS
P1. ¿Cuáles son las terapias más utilizadas actualmente en la psicología?	A18, A28, A16, A2, A11, A13, A3, A4, A19, A24, A14, A1
P2. ¿Qué terapias psicológicas han sido mediadas por tecnología?	A5, A20, A22, A21, A6, A7, A3, A15, A10, A29, A25
P3. ¿Qué efectos han tenido las terapias psicológicas mediadas por la tecnología?	A26, A33, A12, A30, A32, A8, A27, A17, A9, A8, A5, A31, A28, A23

**Jhojana Rosali Vintimilla Molina** portadora de la cédula de ciudadanía N° **0301919304**. En calidad de autora y titular de los derechos patrimoniales del trabajo de titulación “**Terapias psicológicas basadas en el uso de tecnologías de información y comunicación**” de conformidad a lo establecido en el artículo 114 del Código Orgánico de la Economía Social de los Conocimientos, Creatividad e Innovación, reconozco a favor de la Universidad Católica de Cuenca una licencia gratuita, intransferible y no exclusiva para el uso no comercial de la obra, con fines estrictamente académicos y no comerciales. Autorizo además a la Universidad Católica de Cuenca, para que realice la publicación de este trabajo de titulación en el Repositorio Institucional de conformidad a lo dispuesto en el artículo 1444 de la Ley Orgánica de Educación Superior.

Cuenca, **10 de mayo de 2023**

F: .....



**Jhojana Rosali Vintimilla Molina**

**C.I. 0301919304**