

UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

---

FACULTAD DE PSICOLOGÍA

PROPUESTA DE UN MANUAL DE TERAPIA COGNITIVA DIRIGIDA A  
USUARIOS—SEXO FEMENINO—DEL SAPTEL QUE PRESENTAN  
SINTOMATOLOGÍA DEPRESIVA.

T E S I S  
QUE PARA OBTENER EL TITULO DE  
**LICENCIADO EN PSICOLOGÍA**  
P R E S E N T A :  
**NANCY VERÓNICA MANCERA GONZÁLEZ**

**DIRECTOR DE TESIS**

**DR. FEDERICO G. PUENTE SILVA.**

**MÉXICO, D.F.**

**2009**

# **DEDICATORIAS**

**A DIOS**

**POR DARME LA SALUD Y LA ALEGRÍA PARA CONCLUIR ESTE  
TRABAJO**

**A MI MAMÁ**

**POR TU AMOR CONSTANTE E INCONDICIONAL Y TU EJEMPLO DE  
FORTALEZA, PACIENCIA Y PERSEVERANCIA**

**A MI PAPÁ**

**POR EL AMOR QUE ME DISTE Y POR PENSAR SIEMPRE QUE YO  
SERÍA UNA PERSONA INTELIGENTE Y BUENA**

**A MIS HERMANOS**

**TOMÁS, MARÍA EUGENIA, ROSA MINERVA, JULIO CÉSAR Y  
GABRIEL POR TODA SU PROTECCIÓN, CARIÑO, APOYO Y  
ACOMPAÑAMIENTO EN LA VIDA**

**A MI TÍA TERE**

**POR TU GENEROSIDAD Y TU PRESENCIA EN UN MOMENTO  
DELICADO DE NUESTRAS VIDAS**

**A FEDERICO**

**POR TU AMOR, POR TU APOYO Y POR QUERER QUE YO SEA  
UNA PERSONA EXITOSA DEL SIGLO XXI**

## A MIS HIJAS

CARMEN, MI PRECIOSA Y AMOROSA MELI, POR TU  
ENTRAÑABLE ALMA EQUILIBRADA, DULCE, RESISTENTE,  
REPARADORA, SENSIBLE Y AMABLE.

PAU, MI PRECIOSA Y PEQUEÑA ULI, POR TU ENTRAÑABLE  
ALMA FUERTE, PRÁCTICA, DINÁMICA, CONCILIADORA,  
VOLCÁNICA Y GRACIOSA..

A LA UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO  
POR ABRIR MI MENTE Y DESPERTAR EN MÍ EL AMOR A LA  
LIBERTAD, A LA AUTONOMÍA Y AL CONOCIMIENTO

A LA FACULTAD DE PSICOLOGÍA  
POR PONERME EN CONTACTO CON MIS MARAVILLOSOS  
MAESTROS, CON AMIGOS INOLVIDABLES Y POR FORMARME  
PARA SANAR EL CORAZÓN HUMANO

## A SAPTEL

POR SERVIR A MÉXICO, POR ABRIR SUS PUERTAS DE PAR EN PAR A CIENTOS DE PSICÓLOGOS QUE NOS HEMOS FORMADO EN SUS SEMINARIOS Y A TRAVÉS DE LA ATENCIÓN TELEFÓNICA A MILES DE USUARIOS Y PACIENTES, Y DE LA SUPERVISIÓN CLÍNICA DE NUESTROS CASOS

## AL DR. FEDERICO PUENTE SILVA

FUNDADOR DE SAPTEL, DIRECTOR DE ESTA TESIS Y QUIEN ES EJEMPLO DE QUE EN MÉXICO SE PUEDEN HACER MUY BIEN LAS COSAS MEDIANTE LA VOLUNTAD, EL ESFUERZO, EL OPTIMISMO Y LA EXCELENCIA

## A MÉXICO

Y A TODOS LOS MEXICANOS QUE DESDE NUESTRAS POSICIONES SEGUIMOS LUCHANDO PORQUE NUESTRO HERMOSO PAÍS Y SU GENTE SUPEREN LOS MALES QUE LES AQUEJAN

## A MIS QUERIDOS AMIGOS

ROSY, POR NUESTRA AMISTAD, POR TU APOYO INCONDICIONAL  
Y TU GRAN CARIÑO POR MIS HIJAS  
MAURICIO, POR TU VALIOSA ASESORÍA COMPUTACIONAL EN  
TODO MOMENTO

JO Y ANDEE  
POR QUERERME TAL COMO SOY Y POR SU VALIOSO  
CONOCIMIENTO Y EXPERIENCIA COMPARTIDOS DENTRO DEL  
ÁMBITO DEL INGLÉS Y LA CULTURA BRITÁNICAS

A GABRIELA VIÑAS, SILVIA, LIZBETH, LAURA, SUSANA, ERIKA,  
GABRIELA OLIVO Y GABRIELA GONZÁLEZ  
POR NUESTROS AÑOS MARAVILLOSOS EN LA PREPA SEIS Y POR  
TODOS ESOS RECUERDOS DE ALEGRÍA Y CONVIVENCIA PURAS Y  
DESPREOCUPADAS DE LOS AÑOS DE JUVENTUD

A JUAN  
QUIEN FUE SIEMPRE LUZ EN MI VIDA Y ME ENSEÑÓ CON SU  
EJEMPLO QUE LA FÉ EN DIOS Y EN UNO MISMO, MÁS LAS  
ACCIONES DIRIGIDAS HACIA METAS, MUEVEN MONTAÑAS Y  
DERRIBAN OBSTÁCULOS

A CLAUDIA, ORQUÍDEA, MARCELA, LAURA, MARTHA Y LIZBETH  
POR NUESTRA DURADERA AMISTAD DESDE NUESTROS  
HERMOSÍSIMOS AÑOS DE SECUNDARIA HASTA AHORA QUE YA  
SOMOS ADULTAS

<b>ÍNDICE</b>	<b>Pág.</b>
Resumen.....	3
Introducción.....	4
<b>CAPITULO 1.....</b>	<b>7</b>
LA AYUDA PSICOLÓGICA POR TELÉFONO.	7
Antecedentes.....	
<b>CAPITULO 2.....</b>	<b>14</b>
JUSTIFICACIÓN DEL PROYECTO.....	14
Primera parte.....	14
<i>Características del Sistema de Apoyo Psicológico por Teléfono que coadyuvan al manejo oportuno de los problemas emocionales en la mujer.....</i>	14
Segunda Parte.....	17
Reporte estadístico 1999.....	17
<b>CAPITULO 3.....</b>	<b>33</b>
LA DEPRESIÓN.....	33
Su clasificación según el DSM-IV-TR.....	45
La depresión en algunos períodos de la historia humana.....	45
Las causas de la Depresión.....	46
Factores desencadenantes.....	49
Mortalidad por depresión.....	51
La Depresión en la Mujer.....	53
La Depresión en el contexto nacional e internacional.....	55
<b>CAPITULO 4.....</b>	<b>58</b>
SAPTEL. Reporte Anual 2008.....	58
<b>CAPITULO 5.....</b>	<b>76</b>
EL MODELO COGNITIVO DE LA DEPRESION DE AARON T. BECK Y COLABORADO RES.....	76
Desarrollo histórico de la Terapia Cognitiva.....	77
La utilidad de la terapia cognitiva de la depresión.....	79
¿Cómo funciona la terapia cognitiva?.....	79
El modelo cognitivo de la depresión.....	81

<b>CAPITULO 6.....</b>	<b>89</b>
EL MODELO CONSTRUCTIVISTA COMO FUNDAMENTO DE LA TERAPIA COGNITIVA.....	89
El Marco Constructivista.....	89
Un esbozo constructivista de los procesos de conocimiento.....	90
La organización de los procesos de desarrollo.....	93
¿Cómo surge un sí-mismo?.....	94
La teoría del apego como paradigma integrador del desarrollo humano.....	95
Desarrollo cognitivo. ....	95
Diferenciación emocional. ....	96
Interrelación entre cognición y emoción. ....	97
El desarrollo como una serie de pasos progresivos en la reorganización del conocimiento.....	97
Organización del conocimiento: un modelo descriptivo.....	98
Modelos de representación.....	99
Modelos de realidad .....	100
Aspectos funcionales de la organización del conocimiento.....	101
Organización del conocimiento: Procesos de mantenimiento y procesos de cambio.....	102
Consideraciones finales.....	105
 <b>CAPITULO 7 .....</b>	 <b>106</b>
EL SISTEMA NACIONAL DE APOYO, CONSEJO PSICOLOGICO E INTERVENCION EN CRISIS POR TELEFONO (SAPTEL) Y SU MODELO DE INTERVENCION CLINICA.....	106
La historia de SAPTEL.....	106
SAPTEL y su funcionamiento.....	108
Contenido del Curso de Capacitación Previo de SAPTEL.....	110
Características del Programa de Capacitación Permanente.....	111
Procedimiento técnico de intervención en SAPTEL.....	111
SAPTEL Y LA PSICOTERAPIA POR TELÉFONO.....	127
Entrevista con el Dr. Federico G. Puente Silva (transcripción de com. pers.).....	129
 <b>CAPITULO 8.....</b>	 <b>137</b>
ADAPTACIÓN DEL MODELO DE TERAPIA COGNITIVA DE LA DEPRESIÓN DE AARON BECK AL MODELO DE ATENCIÓN PSICOTERAPÉUTICA DE SAPTEL.....	137
 <b>CAPITULO 9.....</b>	 <b>142</b>
MANUAL DE TERAPIA COGNITIVA DE LA DEPRESIÓN POR TELEFONO.....	142