

# EMOCIONES Y DISTORSIONES COGNITIVAS EN LOS ADULTOS MAYORES DEL CENTRO DIURNO DEL CANTÓN MONTALVO

*Emotions and cognitive distortions in the elderly at the Montalvo Day  
Center*

<https://doi.org/10.5281/zenodo.14776265>

**AUTORES:** Adriana Lucia Montero Quintanilla<sup>1\*</sup>

Carlos Daniel Tomalá Chang<sup>2</sup>

Xavier Eduardo Franco Chóez<sup>3</sup>

**DIRECCIÓN PARA CORRESPONDENCIA:** [amonero896@fcjse.utb.edu.ec](mailto:amonero896@fcjse.utb.edu.ec)

**Fecha de recepción:** 06 / 12 / 2024

**Fecha de aceptación:** 13 / 12 / 2024

## RESUMEN

Las distorsiones cognitivas se encuentran presentes la mayor parte del tiempo en las actividades cotidianas del ser humano, siendo este uno de los aspectos psicológicos más prevalentes, tienden a generar consecuencias de carácter negativo en la dimensión emocional, principalmente en la población adulta mayor, puesto que se enfrentan a cambios y desafíos propios del envejecimiento. El estudio tiene como objetivo determinar la influencia de las distorsiones cognitivas en las emociones de los adultos mayores del Centro Diurno del Cantón Montalvo, basándose en las teorías desarrolladas por Aaron Beck y Albert Ellis, quienes postulan una amplia relación entre la cognición y las emociones, mismas que se encuentran descritas en el modelo cognitivo- conductual , además de la recopilación de datos de carácter cuantitativo extraídos a través de una investigación de tipo descriptivo con un diseño no experimental, empleando instrumentos de evaluación psicológica como el Inventario de pensamientos automáticos y la Escala de afecto positivo y negativo, los cuales facilitaron los datos requeridos.

Dentro de los resultados obtenidos se apreció que, de 15 distorsiones cognitivas evaluadas, 13 se encuentran presentes en la población objeto de estudio, siendo la distorsión de Recompensa divina y el filtraje unas de las más sobresalientes, además de evidenciarse emociones dominantes como el disgusto, enfado y estados de tensión asociados a la ansiedad

---

<sup>1\*</sup> <https://orcid.org/0009-0000-0662-5616>, Universidad Técnica de Babahoyo, [amonero896@fcjse.utb.edu.ec](mailto:amonero896@fcjse.utb.edu.ec)

<sup>2</sup> <https://orcid.org/0009-0000-0662-5616>, Universidad Técnica de Babahoyo, [ctomala@fcjse.utb.edu.ec](mailto:ctomala@fcjse.utb.edu.ec)

<sup>3</sup> <https://orcid.org/0000-0002-2339-7317> , Universidad Técnica de Babahoyo, [xfranco@utb.edu.ec](mailto:xfranco@utb.edu.ec)

y nerviosismo. En conclusión, se determina la existencia de la relación entre ambas variables, probando su influencia, a partir de la presencia de ideas pocos realistas y persistentes que ocasionan malestar emocional en los usuarios.

**Palabras clave:** *cognición, distorsión, emoción*

## **ABSTRACT**

Cognitive distortions are present most of the time in the daily activities of the human being, being this one of the most prevalent psychological aspects, they tend to generate negative consequences in the emotional dimension, mainly in the older adult population, since they face changes and challenges of aging. The study aims to determine the influence of cognitive distortions in the emotions of older adults of the Canton Montalvo Day Care Center, based on the theories developed by Aaron Beck and Albert Ellis, who postulate a broad relationship between cognition and emotions, which are described in the cognitive-behavioral model, In addition to the collection of quantitative data extracted through a descriptive research with a non-experimental design, using psychological assessment instruments such as the Automatic Thoughts Inventory and the Positive and Negative Affect Scale, which provided the required data.

The results obtained showed that, out of 15 cognitive distortions evaluated, 13 were present in the population under study, being the Divine Reward distortion and filtering some of the most outstanding, besides showing dominant emotions such as disgust, anger and states of tension associated with anxiety and nervousness. In conclusion, the existence of a relationship between both variables is determined, proving their influence, based on the presence of unrealistic and persistent ideas that cause emotional discomfort in the users.

**Keywords:** *cognition, distortion, emotion*

## **INTRODUCCIÓN**

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

Las distorsiones cognitivas se descubren por medio de la Terapia Cognitivo Conductual, en la Terapia Racional Emotiva desarrollada por Ellis quien además propuso el término “distorsión cognitiva”, y la Terapia Cognitiva de Beck, entre varias más, desempeñando un rol esencial y de suma importancia en la psicopatología, debido a que producen un desequilibrio emocional significativo. Oldham (2007) como se citó en Quito y Reino (2020)

menciona que es la interpretación que se realiza de estos eventos es lo que provoca que se experimente diferentes emociones, enfatizando en la relación: *situación- pensamiento- emoción*.

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

Las emociones juegan un papel importante en la vida diaria del ser humano, tornándose esencial, se encuentran ligadas a como respondemos a ciertos eventos, implicando procesos de origen cognitivo. Hernández (2021) menciona que los esquemas negativos también conocidos como supuestos personales generan interpretaciones de la realidad, desde la carencia objetiva y la representación disfuncional; el ejercicio de los mismos se da al momento de ser ejecutado de manera constante, distinguiéndose mediante la creación de pensamientos automáticos que impulsan el desarrollo de emociones negativas.

En las personas adultas mayores, las emociones al igual que los pensamientos que se generan pueden ser particularmente significativos debido a los cambios y desafíos propios del envejecimiento, como la soledad, la pérdida de seres queridos, problemas de salud y la adaptación a nuevas etapas de la vida. Este tipo de creencias se manifiestan a través de los pensamientos automáticos, caracterizados por ser espontáneos, aparecer de manera inconsciente, expresarse en términos categóricos, ser difíciles de controlar; en su mayoría dramáticos (Escuela de Postgrado de Psicología y Psiquiatría,2022).

Nukhat et al. (2024) a través de su trabajo investigativo dirigido a evaluar las distorsiones cognitivas en la población adulta mayor, respalda la existencia de estudios que han demostrado que la distorsión cognitiva contribuye de forma significativa al desarrollo de problemas de índole emocional, planteando la hipótesis de que las distorsiones cognitivas que originan las creencias de los adultos mayores con respecto a su situación actual y futura, pueden ser desencadenante del desarrollo de depresión, ejemplificando que si una persona adulta mayor con tendencia a la catastrofización interpreta pequeños contratiempos como desastrosos, puede generar emociones ligadas a la desesperanza y tristeza.

En dicho estudio se seleccionó una muestra de 300 adultos mayores originarios de Pakistán, Los resultados indicaron que las personas adultas mayores con mayor resiliencia muestran una reducción significativa en cuanto a la presencia de distorsiones cognitivas y depresión, atribuyéndole un papel de moderador, mientras que las que mantienen menor resiliencia se encuentran susceptibles a distorsiones cognitivas que crean malestar emocional.

De manera similar, Ramírez (2023) en su estudio dirigido a un residente adulto mayor, indica la incidencia de las distorsiones cognitivas en el área emocional, puesto que, en la dimensión cognitiva evaluada a través del Inventario de pensamientos automáticos (IPA) se encontró

pensamientos de culpabilidad e inutilidad, autorreproche, bajo autoconcepto e inclusive distorsiones de interpretación del pensamiento, generalización, “los debería” y “falacia de control”.

Por otra parte, mediante el uso de entrevistas y escalas de depresión se identificaron emociones como la tristeza e ira, producto de la percepción de la situación actual en la que se encontraba el usuario, siendo la variable principal el puente para el desarrollo del malestar emocional, el investigador menciona que la intensidad de dichas emociones disminuía a medida que transcurrían las distorsiones cognitivas, corroborando la hipótesis de la incidencia de las distorsiones en el área emocional.

Es así que, a partir de la base teórica existente, y la escasa información a nivel nacional y local en Ecuador, precisamente en la población adulta mayor, se opta por brindar aquel aporte significativo a través de la investigación de las variables implicadas en el mismo. El planteamiento del problema se direcciona a indagar en la relación que mantiene la cognición de manera específica la distorsión cognitiva y el área emocional del ser humano. El objetivo del estudio se inclina por determinar la influencia de las distorsiones cognitivas y las emociones de la población seleccionada, buscando identificar las creencias de origen irracional prevalecientes y el estado emocional que mantienen los usuarios, ratificando los postulados teóricos y la hipótesis establecida.

El alcance que mantiene la investigación es de origen cuantitativo empleado a través de un tipo de investigación descriptiva de corte no experimental, por medio de instrumentos de evaluación psicológica como lo son el Inventario de pensamientos automáticos y la Escala de Afecto positivo y negativo facilitando la recopilación e interpretación de los mismos.

## **METODOLOGÍA**

El tipo de investigación utilizado fue de carácter descriptivo puesto que se enfocó en especificar propiedades y características del fenómeno a estudiar, empleando un diseño no experimental de corte cuantitativo, el cual ayudó en la evaluación de las variables implicadas en el estudio, este tipo de investigaciones descriptivas tienen como función medir de manera independiente la conceptualización o variables que se están analizando.

El enfoque cuantitativo ayuda a describir los fenómenos y también sirve para cuantificar los aspectos de los fenómenos estudiados, facilitando su evaluación. Según Sampieri et al. (2006), “El enfoque cuantitativo usa la recopilación de datos para probar hipótesis, establecer patrones y probar teorías” (p. 5). En este sentido el enfoque facilitó la descripción de las variables implicadas y por consiguiente el análisis de los datos de manera objetiva y sistemática.

Monje (2011) indica que la metodología cuantitativa forma parte de los cuerpos de carácter teórico que han sido aceptados por la comunidad científica, en los cuales se desarrolla una hipótesis sobre las relaciones entre las variables que conforman el problema que se desea estudiar. La verificación de la misma se realiza mediante la recopilación de información

cuantitativa guiada por concepciones empíricas derivadas de definiciones teóricas utilizadas para plantear la hipótesis conceptual.

El análisis de esta información debe determinar el nivel de significación de las relaciones establecidas entre variables. El procedimiento que se sigue es hipotético deductivo, ya que en él se formula la hipótesis a partir de la teoría, que va de la mano con la operacionalización de variables, la recolección y el procesamiento de datos, además de la interpretación de cada uno de ellos.

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

La población objeto de estudio consistió de 105 adultos mayores residentes del Cantón Montalvo, dentro de los cuales se extrajo una muestra de 53 adultos mayores por medio del muestreo probabilístico.

Para la medición de la variable de las distorsiones cognitivas se utilizó la escala de pensamientos automáticos de Lujan y Ruiz, el cual consta de 45 enunciados que involucran los 15 tipos de distorsiones cognitivas propuestas por el autor Aarón Beck.

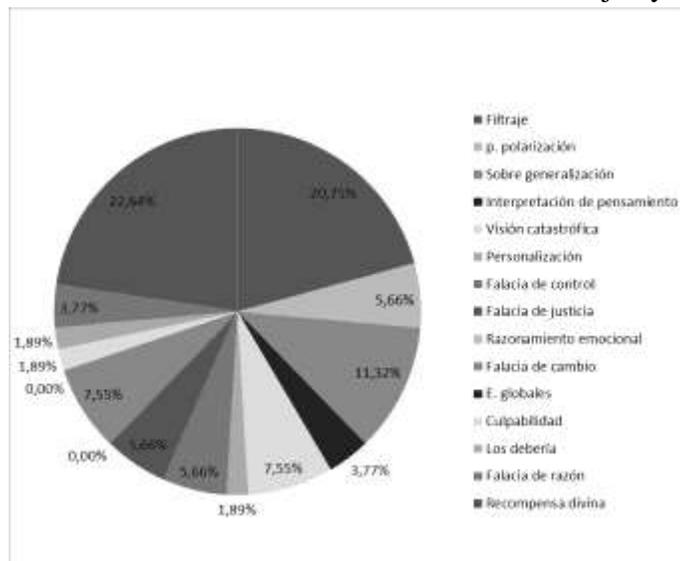
El cuestionario incluye 45 enunciados que permiten identificar los 15 tipos de distorsiones cognitivas: filtraje, pensamiento polarizado, sobre generalización, interpretación del pensamiento, visión catastrófica, personalización, falacia de control, falacia de justicia, razonamiento emocional, falacia de cambio, etiquetas globales, culpabilidad, los debería, falacia de razón y falacia de recompensa divina. Los participantes deben calificar la frecuencia con la que se presenta cada pensamiento. Las respuestas se suelen dar en una escala Likert. Este instrumento ha demostrado un alto nivel de confiabilidad y validez en diversas regiones latinoamericanas y en el extranjero (Campoverde, 2019).

En cuanto a la variable de las Emociones se optó por utilizar la Escala de Afecto positivo y negativo (PANAS), instrumento creado por Watson y Clark, mismo que se torna esencial para evaluar 2 factores del carácter emocional, los cuales implican las emociones de carácter positivo y negativo.

En la escala PANAS “versión adultos mayores”, los adjetivos se presentan en una escala Likert, en la cual la persona evaluada debe responder según cómo se siente, indicando en un baremo del 1 al 5, donde 1 significa “nada” y 5 “siempre/mucho”. Esto implica que se responde en función de cómo el participante experimenta cada una de las veinte emociones que componen la escala (García, 2017).

**RESULTADOS**

**Figura 1.** Datos de la Escala de Pensamientos Automáticos de Lujan y Ruiz (1991)



*Nota. En esta figura se presentan los resultados del estudio realizado por sobre las distorsiones cognitivas del cantón Montalvo, autoría propia.*

El primer instrumento utilizado fue la Escala de Pensamientos Automáticos de Luján, creada para evaluar y medir la frecuencia de las distorsiones cognitivas en las personas. Entre los 53 adultos mayores a quienes se les aplicó la prueba, el porcentaje más alto se registró en "Recompensa Divina", con un total del 22,64%, lo que equivale a 12 individuos. Durante las preguntas relacionadas con "Recompensa Divina", muchos expresaron que creían que sus vidas serían recompensadas por Dios en el futuro, enfatizando que al final de sus días encontrarán paz en el más allá. Este hallazgo se reflejó no solo en las declaraciones de los adultos mayores, sino también en los datos presentados en las figuras.

Además, se observó un porcentaje significativo asociado al pensamiento de "filtraje", que representa un 20,75%, lo cual equivale a 11 adultos mayores. Esto provoca que los adultos mayores tiendan a concentrarse en los aspectos negativos de su vida. Según Quito y Reino (2020), dichos pensamientos ocasionan que los adultos mayores nunca se sientan satisfechos y que frecuentemente se dirijan hacia el fracaso en situaciones que aún no han ocurrido.

La "Sobregeneralización" se identificó en el 11,32% de los casos, con un total de 6 adultos mayores, lo que sugiere que muchos tienden a hacer conclusiones sin evidencia suficiente. Por ejemplo, en preguntas como "todo lo que hago me sale mal" y "siempre tendré este problema", las respuestas reflejaron que estos pensamientos eran comunes.

El "Pensamiento Polarizado" se observó en un 7,55%, con 3 adultos mayores, evidenciando la presencia de pensamientos en términos absolutos, sin reconocer los matices. Esto puede provocar reacciones desproporcionadas y que pueden afectar negativamente el bienestar

emocional y las relaciones interpersonales de los adultos mayores. Las preguntas sobre esta distorsión incluyeron “solamente me pasan cosas malas”, “mi vida es un continuo fracaso” y “soy incompetente e inútil”. Estos pensamientos son frecuentes, ya que muchos adultos mayores se sienten como una carga para sus familiares, lo que los lleva a sentirse inútiles en actividades que ya no pueden realizar sin ayuda.

La "Visión Catastrófica" se presentó en un 7,55%, con 4 adultos mayores, lo que indica una tendencia a anticipar eventos de manera negativa. Las preguntas relacionadas incluyeron "¿Y si tengo una enfermedad grave?", "¿Y si me vuelvo loco y pierdo la cabeza?", y "¿Y si les pasa algo a las personas que quiero?". Este resultado es comprensible, ya que, a esta edad, los adultos mayores suelen preocuparse por su salud, ya sea porque padecen enfermedades o temen por la salud de sus seres queridos.

La "Falacia de Cambio" también se registró en un 7,55%, sugiriendo una tendencia a pensar que otros deben modificar su comportamiento antes que ellos. Las preguntas relacionadas fueron "mis problemas dependen de los que me rodean", "si tuviera más apoyo no tendría estos problemas" y "si tuviera mejor situación económica no tendría estos problemas". Esto refleja la percepción de muchos adultos mayores de que más apoyo familiar, tanto emocional como económico, les haría sentir menos abandonados y aliviaría sus problemas de salud y económicos.

A partir de este punto de la investigación los resultados muestran porcentajes más bajos, con frecuencias de 3 a 1. Aunque estas distorsiones cognitivas son menos comunes, es importante incluirlas en el análisis. La "Falacia de Control" se encontró en un 5,66%, con 3 adultos mayores, quienes respondieron a preguntas como "si otros cambiaran su actitud, yo me sentiría mejor", "yo soy responsable del sufrimiento de los que me rodean" y "soy una víctima de mis circunstancias", indicando que creen ser responsables de todo lo que les sucede o que se sienten impotentes ante su realidad. Esto se evidenció en su sentimiento de culpa por el abandono de sus hijos, atribuyéndolo a errores en la crianza, y consideran que es su culpa estar solos en esta etapa de la vida.

La "Falacia de Justicia" también se presentó con un 5,66% y 3 adultos mayores, indicando que sienten que lo que no se alinea con sus costumbres o necesidades es injusto. Las preguntas para evaluar esta distorsión incluyeron: "¿No hay derecho a que me traten así!", "si me quisieran de verdad no me tratarían así", y "no me tratan como deberían". Es importante señalar que estas respuestas no se referían al centro gerontológico, sino a que los adultos mayores sentían que sus familiares no los trataban como merecían.

La "Interpretación del Pensamiento" tuvo un resultado de 3,77% con 2 adultos mayores, indicando que tienden a interpretar erróneamente sentimientos e intenciones ajenas. Los pensamientos relacionados con esta distorsión fueron: "sé que piensan mal de mí", "sé que me están mintiendo" y "quieren hacerme daño". Las respuestas más comunes reflejaron que los adultos mayores sentían que sus familias hablaban mal de ellos y los engañaban sobre su situación física.

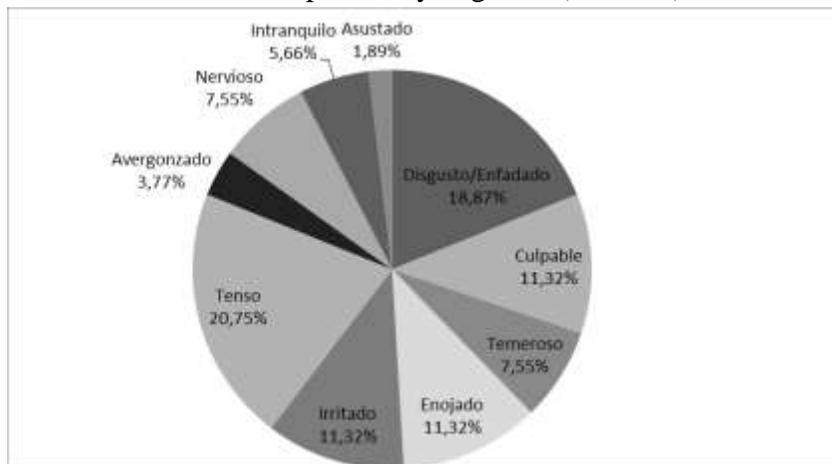
La "Falacia de Razón" obtuvo un 3,77%, mostrando una tendencia a creer que su perspectiva es la correcta. Los pensamientos relacionados fueron: "sé que tengo la razón y no me entienden", "no quieren reconocer que estoy en lo cierto" y "tengo razón y haré lo que quiera". Esto se debe a discrepancias en los hogares, donde los adultos mayores sienten que no son escuchados.

Las siguientes distorsiones solo fueron reportadas por un adulto mayor, comenzando con la "Personalización" en un 1,88%. Los pensamientos asociados fueron: "soy inferior a los demás", "soy superior a los demás" y "los demás hacen las cosas mejor que yo". La última fue mencionada frecuentemente, ya que el adulto mayor expresó que sentía que todos a su alrededor realizaban sus tareas mejor que él, lo que se relaciona con problemas de autoestima. La "Culpabilidad" también fue reportada por un solo adulto mayor con un 1,88%. Los pensamientos asociados incluyeron: "yo tengo la culpa de todo" y "lo que me pasa es un castigo que merezco". En este caso, el adulto mayor insinuó que la falta de cuidado de sus familiares era la causa de su situación en el centro.

"Los Debería" también tuvo un 1,88%, representando a un adulto mayor que mantiene reglas rígidas sobre cómo deberían suceder las cosas. Los pensamientos relacionados fueron: "debería estar bien y no tener estos problemas" y "debería recibir más cariño". La última se respondió con "bastantes veces lo pienso", indicando que el adulto mayor siente que debería recibir más atención de sus familiares.

Las distorsiones de "Razonamiento Emocional" y "Etiqueta Global" obtuvieron un 0%, lo que indica que todos los adultos mayores respondieron "nunca pienso en eso".

**Figura 2.** Datos de Escala de afecto positivo y negativo (PANAS)



Nota. En esta figura se presentan los resultados del estudio sobre las emociones negativas de los adultos mayores del cantón Montalvo, autoría propia.

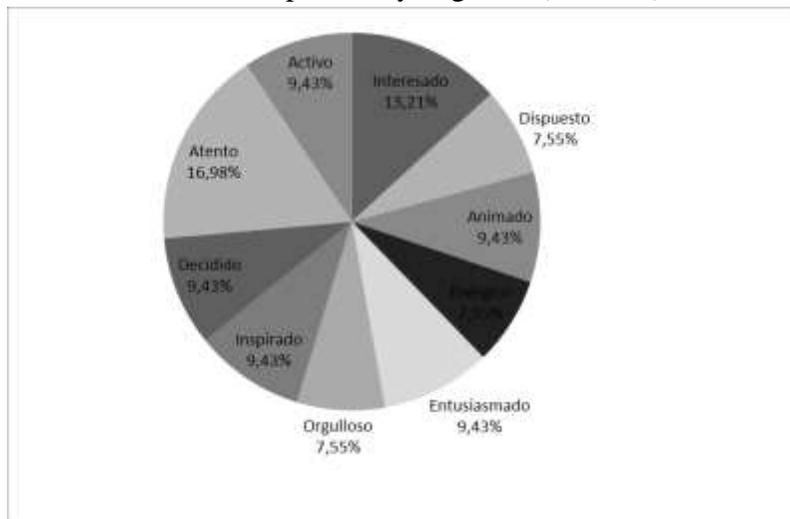
En cuanto a las emociones de carácter negativo evaluado a través de la Escala PANAS en adultos mayores la categoría con más frecuencia fue “Tenso” con el 20,75%, siendo esta dentro de la escala un estado emocional que implica la sensación de tensión interna, ansiedad, nerviosismo o incomodidad, las cuales son consideradas emociones secundarias producto de la combinación de emociones más básicas, además del contexto en el cual se encuentran los usuarios, y la interpretación cognitiva que mantienen sobre el mismo.

"Disgusto/Enfadado" fue la segunda emoción con más frecuencia evidenciando un 18,87%, correspondiente a 10 adultos mayores, refiriendo una respuesta emocional de desagrado hacia una situación, persona o circunstancia, generalmente relacionado a conflictos familiares y sentimientos de abandono. La "Culpa" fue la tercera emoción negativa más frecuente, afectando al 11,32% de los adultos mayores, sugiriendo que algunos se sienten responsables por las dinámicas familiares problemáticas. Junto con la culpa, el "Enojo" también se presentó en un 11,32%, lo que puede ser una reacción natural a la frustración por las diversas circunstancias que se encuentra inmerso el usuario.

La "Irritación" también afecta al 11,32%, reflejando un estado de molestia continua, posiblemente relacionado con dificultades en el ámbito familiar. Un 7,54% reportó sentir "Miedo", relacionado con la incertidumbre. De igual manera el "Nerviosismo" afecta al 7,54% de los adultos mayores, sugiriendo ansiedad por tensiones cotidianas y la preocupación por el futuro. Por otra parte, un 5,66% se siente "Intranquilo", lo que indica inquietud emocional posiblemente agravada por su entorno. Mientras que el 3,77% indicó sentir "Vergüenza", debido a sentirse expuestos o incomprendidos.

Finalmente se evidenció que el "Miedo intenso" afectó al 1,89%, reflejando una reacción emocional extrema ligada a la sensación de amenaza, lo cual puede conllevar episodios de angustia.

**Figura 3.** Datos de Escala de afecto positivo y negativo (PANAS)



Nota. En esta figura se presentan los resultados del estudio sobre las emociones positivas de los adultos mayores del cantón Montalvo, autoría propia.

Por otra parte, en cuanto a las emociones de carácter positivo se encontró que el 16,98% de los adultos mayores refiere mantener un estado "Atento", el cual indica un compromiso activo con las actividades diarias, implicando emociones como la alegría orientada a la participación en el entorno, En segundo lugar, el "Interés" se reportó con un 13,21%, siendo este un indicador positivo el cual implica emociones que reflejan una motivación activa además del deseo de explorar enlazada con la felicidad. Mantener el interés en diversas actividades puede ser vital para su bienestar emocional, ya que fomenta la participación y la socialización, aspectos que son esenciales para contrarrestar la soledad y la depresión común en esta etapa de la vida.

El 9,43% de los adultos mayores expresó sentirse "Animado", lo que refleja una disposición positiva y optimista, sentirse animado no es una reacción emocional inmediata sin embargo surge a partir de la interacción de experiencias, pensamientos y emociones previas siendo esta una emoción de origen secundario. Esta emoción se repitió en 5 participantes, lo que indica que algunos de ellos encuentran motivos para sentirse alegres y motivados en su día a día. El "Entusiasmo" también obtuvo un 9,43%, sugiriendo que hay un nivel notable de interés y expectativas positivas hacia las actividades programadas. Similarmente, "Inspirado" alcanzó el mismo porcentaje, lo que revela una conexión interna profunda con las actividades y posiblemente con sus propias experiencias vitales.

La emoción "Decidido", con un 9,43%, refleja una sensación de control y propósito, aspectos que son cruciales para la autoestima y autonomía de los adultos mayores. Sentirse decidido puede motivar a los ancianos a tomar decisiones que mejoren su calidad de vida y a participar activamente en su propio cuidado. Asimismo, "Activo" obtuvo un porcentaje igual del 9,43%, indicando que una buena parte de los participantes se siente físicamente y mentalmente involucrada en las actividades. Esto es esencial, ya que un estilo de vida activo puede ayudar a prevenir el deterioro cognitivo y físico.

La emoción "Dispuesto" fue reportada por 4 adultos mayores, alcanzando un 7,55%. Esta disposición sugiere una apertura y voluntad para participar en actividades, lo cual es vital para su integración social y disfrute de las dinámicas del centro. "Enérgico", con el mismo porcentaje, refleja un sentido de vitalidad y dinamismo, aunque su presencia fue limitada, con solo 4 personas reportando sentirse así. Este aspecto resalta la importancia de fomentar un ambiente que estimule la energía y vitalidad entre los adultos mayores.

Finalmente, "Orgulloso" también alcanzó un 7,55%. Esta emoción indica una autoestima positiva y satisfacción personal, y sentirse orgulloso puede ser un indicativo de logros y reconocimiento en el entorno del centro, aspectos que pueden contribuir significativamente a su sentido de pertenencia y valor personal.

## DISCUSIÓN

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

En cuanto a la evaluación de las distorsiones cognitivas el 22,64% de los usuarios presenta un tipo de distorsión en relación a recompensa divina, 20,75% filtraje, 7,55% pensamientos polarizados, 11,32% generalización, 7,55% falacia de cambio, 3,77% interpretación del pensamiento, 7,55% visión catastrófica, 1,88% personalización, culpabilidad y los debería, 5,66% falacia de control y falacia de justicia, mientras que el 3,77% falacia de razón.

Dichos resultados se encuentran respaldados por lo expuesto por Quito y Reino (2020) quienes manifiestan que de manera desafortunada los seres humanos se encuentran expuestos a enfrentar distorsiones cognitivas que ocupan un lugar en el diario vivir, también resaltan que las interpretaciones que se realizan provocan diferentes emociones entablando una relación entre la situación, pensamiento y emoción.

Resultados similares en cuanto a la evaluación de las distorsiones cognitivas las encontramos en Ramírez (2023) quien, a través de un estudio de caso dirigido a un adulto mayor, determino distorsiones cognitivas ligados a pensamientos disfuncionales como: pensamientos de culpabilidad, bajo autoconcepto, autorreproche, bajo autoconcepto e inclusive distorsiones de interpretación del pensamiento, generalización, “los debería” y “falacia de control”.

En el área emocional medida a través de la Escala PANAS (escala de afectividad en adultos mayores) se evidencio que el 20,75% de la población se encuentra en la categoría “tenso”, refiriendo un estado emocional de origen secundario mismo que implica la sensación de tensión interna, ansiedad nerviosismo o incomodidad. Por otra parte, se obtuvo un porcentaje del 18,87% dentro de la categoría “disgustado/ Enfadado” evidenciándose una respuesta emocional de desagrado y enojo hacia una situación, persona o circunstancia en particular, producto de la realidad subjetiva que mantiene el usuario.

Ramírez (2023) quien a través de un estudio de caso optó por trabajar los tipos de distorsiones cognitivas y su incidencia en el área emocional de un adulto mayor, evidenció que el usuario objeto de estudio presentaba emociones como la ira, tristeza y culpa, en la cual la intensidad de las emociones disminuía a la vez que lo hacían las distorsiones cognitivas, resultados que guardan similitud con los previamente obtenidos.

Los datos recopilados mediante la investigación respaldan lo mencionado por Peralta (2017) autor que promueve la importancia de una emoción, realizando especial énfasis en la relación

emoción/pensamiento, argumentando que antes de que se genere una emoción, las personas crean una evaluación de manera inconsciente y automática de lo que ocurre y de lo que suponen. Se llega a esto debido a que los mismos adultos mayores que se encuentran vulnerables en cuanto a sus emociones, a través del dialogo aludieron ideas persistentes, distorsionadas y poco realistas sobre las dificultades que mantienen en sus relaciones familiares y los cambios que experimentan propios del proceso de envejecimiento, ratificando que la principal puerta al momento de generar una emoción implica procesos como la evaluación y los esquemas propios de la cognición del ser humano.

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

## **CONCLUSIONES**

Se determino la influencia de las distorsiones cognitivas en las emociones de los adultos mayores implicados en la investigación, evaluando las variables inmersas en el estudio, mismas que contribuyeron a validar y corroborar la hipótesis planteada, y la información obtenida, esto mediante la aplicación de los respectivos instrumentos de medición para cada una.

Se evaluó que en cuanto a distorsiones cognitivas presentes en la muestra producto de estudio prevalece la distorsión de recompensa divina con el 22,64%, seguida del filtraje con el 20,75%, mismas que implican situaciones familiares y la soledad que enfrentan varios de los usuarios. Por otra parte, se midieron que las emociones con mayor frecuencia son aquellas de carácter negativo siendo estas básicas y secundarias, las cuales reflejan que el 20,75% de los usuarios se encuentra en un estado “Tenso”, seguido de “disgusto/enfado” con un 18,87%, dichos puntajes altos sugieren que los usuarios a.m. tienden a experimentar de forma frecuente emociones desagradables.

Se probó la influencia de las distorsiones cognitivas en las emociones, debido a que los mismos adultos mayores que se encuentran vulnerables en cuanto a sus emociones, a través del dialogo aludieron ideas persistentes, distorsionadas y poco realistas sobre las dificultades que mantienen en cuanto a sus relaciones familiares y los cambios que experimentan propios del proceso de envejecimiento, ratificando que la principal puerta al momento de generar una emoción implica procesos cognitivos especialmente la “evaluación cognitiva”.

**REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

- Carriazo-Martínez, A., Martínez, Y. y Meza, L. (2022). Distorsiones cognitivas y rendimiento académico en adolescentes escolarizados en Colombia. *Búsqueda*, 9 (1). <https://doi.org/10.21892/01239813.582>
- García, M (2017). Las emociones y el bienestar en las personas mayores [Tesis de Pregrado, Universidad Jaume I] Archivo digital. [https://repositori.uji.es/xmlui/bitstream/handle/10234/169492/TFG\\_2017\\_GarciaMartinezMiriam.pdf?sequence=1](https://repositori.uji.es/xmlui/bitstream/handle/10234/169492/TFG_2017_GarciaMartinezMiriam.pdf?sequence=1)
- Hernández S. (2006). Definición del alcance de la investigación a realizar: exploratoria, descriptiva, correlacional o explicativa. [Archivo PDF]. <https://idolotec.wordpress.com/wp-content/uploads/2012/04/sampieri-cap-4.pdf>
- Hernández-Cuá, O. (2021). Terapia Cognitivo Conductual y Pensamientos Automáticos, [Tesis de grado, Universidad Rafael Landívar] Recursos bibliográficos. <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesiseortiz/2021/05/22/Hernandez-Oneyda.pdf>
- Monje- Álvarez, C. (2011). Metodología de la Investigación cuantitativa y cualitativa: guía didáctica. <https://www.uv.mx/rmipe/files/2017/02/Guia-didactica-metodologia-de-la-investigacion.pdf>
- Nukhat, A., Bin Zubir, A. y Shaffie, F. (2024). Cognitive distortions and depression among older adults: moderating role of resilience. *RGSA – Revista de Gestão Social e Ambiental*, 18 (2), 1-12. <https://doi.org/10.24857/rgsa.v18n2-127>
- Peralta, J. (15 de mayo de 2017). Teoría de la evaluación cognitiva. Prezi. [https://prezi.com/wg3ox7q1t1q\\_/teoria-de-la-evaluacion-cognitiva/](https://prezi.com/wg3ox7q1t1q_/teoria-de-la-evaluacion-cognitiva/)
- Quito-Cazorla, Y., y Reino, M. (2020). Estudio comparativo: distorsiones cognitivas en los estudiantes de la facultad de ciencias de la educación humanas y tecnologías. [Tesis de pregrado, Universidad Nacional de Chimborazo] Archivo digital. <http://dspace.unach.edu.ec/bitstream/51000/6813/1/UNACH-EC-FCEHT-TG-P.EDUC-2020-000050.pdf>
- Ramírez, A (2023). Distorsiones cognitivas y su incidencia en el estado emocional de un adulto mayor residente en el Cantón Vinces [Tesis de Pregrado, Universidad Técnica de Babahoyo] Archivo digital. <http://dspace.utb.edu.ec/bitstream/handle/49000/13923/E-UTB-FCJSE-PSICOLOGIA-000035.pdf?sequence=1>