TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

FACULTAD DE PSICOLOGÍA Y EDUCACIÓN

SEGUNDA ESPECIALIDAD EN PSICOTERAPIA CLÍNICA COGNITIVO CONDUCTUAL

"Eficacia de la Terapia Cognitivo Conductual en el tratamiento de la depresión en adultos: Una revisión sistemática"

Tesis para optar el título profesional de:

Segunda Especialidad en Psicoterapia Clínica Cognitivo Conductual

Presentado por:

David Jesus Romainville Cervantes (0009-0000-4261-7859)

Milagros de los Ángeles Morales Izquierdo (0009-0005-0702-9441)

Asesor:

Jesús Manuel Guerrero Alcedo (0000-0002-2604-7822)

Lima- Perú

2026

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

ACTA DE SUSTENTACIÓN DEL TRABAJO ACADÉMICO

Lima, 21 de agosto de 2026.

Los integrantes del Jurado:

Presidente:	Paul Brocca Alvarado
Miembro:	Dra. Dina Asunción Figueroa Guzmán

Se reúnen para evaluar el trabajo académico titulado:

"EFICACIA DE LA TERAPIA COGNITIVO CONDUCTUAL EN EL TRATAMIENTO DE LA DEPRESIÓN EN ADULTOS: UNA REVISIÓN SISTEMÁTICA" con el código de registro POS-126-2026-00149

Presentada por:

- David Jesús Romainville Cervantes
- Milagros de los Ángeles Morales Izquierdo

Para optar el título de segunda especialidad en PSICOTERAPIA CLÍNICA COGNITIVO CONDUCTUAL

Asesoradas por: Dr. Jesús Manuel Guerrero Alcedo

Luego de haber evaluado el informe final y evaluado el desempeño del estudiante de la carrera de Psicología en la sustentación, concluyen de manera unánime (x) por mayoría simple() calificar a:

David Jesús Romainville Cervantes		Nota: (16)	
Aprobado ()	Aprobado - Muy buena (x)	Aprobado - Sobresaliente ( )	Desaprobado ()
Milagros de los Ángeles Morales Izquierdo		Nota: (16)	
Aprobado ()	Aprobado - Muy buena (x)	Aprobado - Sobresaliente ( )	Desaprobado ()

Los miembros del jurado firman en señal de conformidad.

Dr. Paul Brocca Alvarado
Presidente

Dr. Jesús Manuel Guerrero Alcedo
Asesor

Dra. Dina Asunción Figueroa Guzmán
Miembro

ANEXO 21: DECLARACIÓN DE ORIGINALIDAD DE INFORME FINAL DE TESIS

UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

DECLARACIÓN DE ORIGINALIDAD DE CONTENIDO DE INFORME FINAL DE TESIS / TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

Lima, 01 de septiembre del 2026

Señor,
Percy Manuel Mayta Tristán
Vicerrectorado de Investigación
Universidad Científica del Sur
Presente. –

De nuestra consideración,

Nosotros: David Jesus Romainville Cervantes y Milagros de los Angeles Morales Izquierdo; egresados de la carrera de segunda especialidad en psicoterapia clínica cognitivo conductual de la Universidad Científica del Sur, en conjunto con el asesor Jesús Manuel Guerrero Alcedo, declaramos que este informe final de tesis de investigación titulado: Eficacia de la terapia cognitivo conductual en el tratamiento de la depresión en adultos: una revisión sistemática, sustentado para obtener el Título de Segunda Especialidad en Psicoterapia Clínica Cognitivo Conductual es original.

Es decir, no contiene plagio parcial ni total, cuando se utilizó información de fuentes externas se reconoció la autoría mediante la adecuada citación y los resultados obtenidos son producto entero de mi investigación y no han sido falseados ni fabricados. Todo esto en cumplimiento del Código de ética en la investigación, Reglamento del Comité de Integridad Científica, Reglamento de Propiedad Intelectual, Normas y procedimientos de los trabajos de investigación para la obtención de títulos profesionales y grados académicos[14], que afirmamos conocer en su totalidad.

Por ello, en caso de identificarse alguna situación de plagio, falsificación o fabricación de resultados, nos allanamos al proceso de investigación que establezca la Universidad y las posibles sanciones que pudieran surgir.

Firmamos en conformidad con lo declarado,



Firma tesista
DNI: 75129315



Firma tesista
DNI: 70674646



Firma del asesor de tesis
DNI: 002554886

13 En conformidad con la Resolución del Consejo Directivo N° 084-2022-SUNEDU/CD
14 Los documentos están en: https://investigacion.cientifica.edu.pe/reglamentos/

INFORME DE REVISIÓN DE ORIGINALIDAD

Título del documento evaluado. Eficacia de la terapia cognitivo conductual en el tratamiento de la depresión en adultos: una revisión sistemática

Autores. David Jesús Romainville Cervantes; Milagros de los Ángeles Morales Izquierdo.

Mecanismo de revisión de originalidad. Evaluación con Turnitin (ID 3080155703).

Resultado de la evaluación. 8%.

Revisado por. Jorge André Layza Diaz.

Comentarios sobre la revisión. Filtros usados: excluir fuentes de menos de 12 palabras.

INFORME DE ORIGINALIDAD

8%	6%	3%	6%
INDICE DE SIMILITUD	FUENTES DE INTERNET	PUBLICACIONES	TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	Submitted to Universidad Cientifica del Sur Trabajo del estudiante	2%
2	publicacionescd.uleam.edu.ec Fuente de Internet	1%
3	www.researchgate.net Fuente de Internet	1%
4	Submitted to Universidad Villanueva Trabajo del estudiante	<1%
5	www.scielosp.org Fuente de Internet	<1%
6	Submitted to Universidad Internacional de la Rioja Trabajo del estudiante	<1%
7	Submitted to DOCENTES UCACUE Trabajo del estudiante	<1%
8	api.index-360.com Fuente de Internet	<1%
9	www.interciencia.net Fuente de Internet	<1%
10	Submitted to Universidad Catolica San Antonio de Murcia Trabajo del estudiante	<1%
11	repositorio.uwiener.edu.pe Fuente de Internet	<1%

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

FACULTAD DE PSICOLOGÍA Y EDUCACIÓN

SEGUNDA ESPECIALIDAD EN PSICOTERAPIA CLÍNICA COGNITIVO CONDUCTUAL

"Eficacia de la Terapia Cognitivo Conductual en el tratamiento de la depresión en adultos: Una revisión sistemática"

Tesis para optar el título profesional de:

Segunda Especialidad en Psicoterapia Clínica Cognitivo Conductual

Presentado por:

David Jesus Romainville Cervantes (0009-0000-4261-7859)

Milagros de los Ángeles Morales Izquierdo (0009-0005-0702-9441)

Asesor:

Jesús Manuel Guerrero Alcedo (0000-0002-2604-7822)

Lima- Perú

2026

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

Dedicatoria

A mis padres, Jorge y Cristina, por brindarme una formación cimentada en principios y valores, por su amor inquebrantable y por enseñarme que la constancia y el esfuerzo siempre encuentran su recompensa. Gracias por acompañarme en cada paso y ser el pilar fundamental en mi vida.

A mis abuelitos, en especial a mi abuelita, por confiar siempre en mí y en todo lo que podía lograr, y a mi abuelito Leoncio, quien me apoyó desde el inicio de mi vida académica. Hoy, aunque es un angelito que me cuida desde el cielo, sé que está orgulloso de mí. Este logro también es para ti.

Milagros de los Ángeles Morales Izquierdo

A mis padres, David y Karin, por confiar siempre en mí, por sostenerme con su amor, su esfuerzo y su apoyo incondicional en cada etapa de este camino. Gracias por creer en mí incluso en los momentos en que todo parecía más difícil, y por enseñarme, con su ejemplo, a seguir adelante con valentía y perseverancia.

A mi hija, Guadalupe, porque desde el momento en que supe que venías al mundo te convertiste en mi mayor motivación. Tu llegada despertó en mí el deseo de crecer, de superarme y de luchar cada día más por ser una mejor persona y un padre del que puedas sentirte orgullosa. Todo este esfuerzo también es por ti y para ti.

David Jesus Romainville Cervantes

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

Agradecimiento

Agradezco profundamente a todas las personas que hicieron posible este logro. A mi familia, por su amor, apoyo constante y por ser mi mayor motivación; a mis docentes, por compartir sus conocimientos y guiarme en este camino académico; y a mis amistades, por su compañía y aliento en cada etapa. Gracias a cada uno de ustedes por contribuir, de manera directa o indirecta, a la culminación de esta meta tan importante en mi vida.

Milagros de los Ángeles Morales Izquierdo

A mi asesor de trabajo académico, Dr. Jesús Manuel Guerrero Alcedo, por su apoyo constante, su paciencia y su sabiduría, que fueron fundamentales en el desarrollo de este trabajo. Gracias por guiarme aun cuando se trataba de un tema nuevo, por motivarme a aprender con rapidez, a superar las dificultades y a seguir adelante con compromiso y dedicación. Su enseñanza y confianza han sido esenciales en este proceso.

David Jesus Romainville Cervantes

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

Eficacia de la terapia cognitivo conductual en el tratamiento de la depresión en adultos: una revisión sistemática

Efficacy of cognitive behavioral therapy in the treatment of depression in adults: a systematic review

Romainville Cervantes David Jesus [1]

[1] Romainville Cervantes David Jesus. Programa de segunda especialidad en Psicoterapia Cognitiva Conductual. Facultad de Psicología y Educación. Universidad Científica del Sur, Lima. Perú. ORCID: 0009-0000-4261-7859. Correo electrónico: 100183140@cientifica.edu.pe.

Morales Izquierdo Milagros de los Angeles [2]

[2] Morales Izquierdo Milagros de los Angeles. Programa de segunda especialidad en Psicoterapia Cognitiva Conductual. Facultad de Psicología y Educación. Universidad Científica del Sur, Lima. Perú. ORCID: 0009-0005-0702-9441. Correo electrónico: 100183071@cientifica.edu.pe.

Autor de correspondencia: Romainville Cervantes David Jesus. Programa de segunda especialidad en Psicoterapia Cognitiva Conductual. Facultad de Psicología y Educación. Universidad Científica del Sur, Lima. Perú. Carretera Antigua Panamericana Sur Km 19, Villa El Salvador, Lima, Perú. Correo electrónico: 100183140@cientifica.edu.pe.

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

Resumen

La depresión en la adultez es un tema importante para la salud pública por su frecuencia y a las repercusiones que genera en el funcionamiento personal, social y laboral. Entre las intervenciones psicológicas disponibles, la terapia cognitivo conductual (TCC) sobresale en su aplicación clínica. El presente estudio tuvo como finalidad sintetizar la literatura sobre la eficacia de la TCC para aminorar los síntomas depresivos en personas adultas con trastorno depresivo mayor. Se realizó una revisión sistemática con base a los lineamientos PRISMA 2020**.** La búsqueda bibliográfica se realizó en PubMed y Scopus**,** considerando investigaciones publicadas entre 2015 y 2025 en idioma español e inglés**.** Se identificaron 560 registros y, tras el proceso de selección, se incluyeron 10 estudios. Los hallazgos muestran que la TCC, aplicada en formatos presenciales, digitales, grupales y combinados, se asoció con una disminución de la sintomatología depresiva. No obstante, la magnitud de los efectos varió entre estudios y, en varios casos, los resultados fueron semejantes a los obtenidos con otras intervenciones activas o con el tratamiento habitual. En conjunto, la evidencia revisada respalda la utilidad clínica de la TCC en la depresión adulta, aunque resalta la necesidad de investigaciones con mayor homogeneidad metodológica y comparaciones más precisas entre modalidades terapéuticas.

Palabras clave: Terapia cognitivo conductual, depresión, adultos, revisión sistemática

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis

TESIS
UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL SUR

Abstract

Depression in adulthood is a significant public health concern due to its high prevalence and the impact it has on personal, social, and occupational functioning. Among the available psychological interventions, cognitive behavioral therapy (CBT) stands out for its clinical application. The purpose of this study was to synthesize the literature on the efficacy of cognitive-behavioral therapy (CBT) in reducing depressive symptoms in adults with major depressive disorder. A systematic review was conducted in accordance with the PRISMA 2020 guidelines. The literature search was conducted in the PubMed and Scopus databases, considering studies published between 2015 and 2025 in Spanish and English. A total of 560 records were identified, and after the selection process, 10 studies were included. The findings show that CBT, delivered in face-to-face, digital, group, and blended formats, was associated with a reduction in depressive symptoms. However, the magnitude of the effects varied across studies, and in several cases, the results were similar to those obtained with other active interventions or with standard care. Overall, the reviewed evidence supports the clinical utility of CBT for adult depression, although it highlights the need for research with greater methodological homogeneity and more precise comparisons between therapeutic modalities.

Keywords: Cognitive behavioral therapy, depression, adults, systematic review

Tesis publicada con autorización del autor
No olvide citar esta tesis