

Nerea García Moreno

**Terapia de Estimulación Emocional en la Enfermedad de Alzheimer**

Trabajo fin de grado

Facultad de Ciencias de la Educación y Psicología, Universidad Rovira i Virgili

Grado de Psicología

Dirigido por la Dra. Margarita Torrente Torné



UNIVERSITAT ROVIRA I VIRGILI

Tarragona

2021

## ÍNDICE

1. Resumen y palabras clave.....	3
1.1. Resumen.....	3
1.2. Palabras clave.....	3
2. Abstract and keywords .....	4
2.1. Abstract.....	4
2.2. Keywords.....	4
3. Introducción .....	5
4. Marco teórico .....	7
4.1. Enfermedad de Alzheimer.....	7
4.1.1 Epidemiología.....	7
4.1.2 Causas y factores de riesgo.....	7
4.1.3 Ámbitos sintomáticos generales .....	9
4.2. Tratamientos.....	14
4.2.1 Tratamiento farmacológico .....	14
4.2.2 Terapia no farmacológica .....	17
4.3 Estimulación emocional.....	18
5. Objetivos .....	21
5.1 Objetivo general.....	21
5.2 Objetivos específicos.....	21
6. Método.....	22
6.1 Participantes.....	22
6.2 Instrumentos.....	22
6.3 Instrumento de recogida de datos.....	23
6.4 Procedimiento .....	23
7. Resultados.....	26
8. Discusión .....	35
9. Conclusiones .....	36
10. Limitaciones.....	38
11. Citas bibliográficas .....	39
12. Anexos .....	42

# 1. Resumen y palabras clave

## 1.1. Resumen

El envejecimiento de la población ha provocado el incremento de las enfermedades crónicas, entre las que se encuentra la demencia. Dentro de las demencias, el tipo más común es la Enfermedad de Alzheimer (EA), la cual consiste en una enfermedad neurodegenerativa caracterizada por alteraciones en la memoria, lenguaje, atención y comportamiento entre otras funciones ejecutivas. Pese a que no existe un tratamiento curativo para esta enfermedad se pueden realizar intervenciones y administrar fármacos para enlentecer su desarrollo y ayudar a preservar el mayor tiempo posible las funciones de la persona. Los tipos de tratamiento utilizados en la EA son el tratamiento farmacológico y las intervenciones no farmacológicas, en las que destaca la estimulación cognitiva y, dentro de la cual, podemos encontrar la estimulación emocional.

Durante la vejez, las estrategias para controlar las emociones se ven mermadas, por ello es importante estimular y hacer conscientes las emociones en el paciente, sobre todo las emociones positivas, para compensar las consecuencias que tienen las emociones negativas.

El objetivo de este trabajo consiste en realizar una investigación sobre la enfermedad de Alzheimer y llevar a cabo una intervención de estimulación emocional para favorecer el estado anímico en pacientes que padecen dicha enfermedad.

## 1.2. Palabras clave

Enfermedad de Alzheimer; Demencia; Estimulación Cognitiva; Estimulación Emocional.

## 2. Abstract and keywords

### 2.1. Abstract

The ageing of the population has led to an increase in chronic diseases, including dementia. Among dementias, the most common type is Alzheimer's disease (AD), a neurodegenerative disease characterised by alterations in memory, language, attention, behaviour and other executive functions. Although there is no curative treatment for this disease, interventions and drugs can be administered to slow down its development and help preserve the person's functions for as long as possible. The types of treatments used in AD are pharmacological treatment and non-pharmacological interventions, in which cognitive stimulation stands out, and within which we can find emotional stimulation.

During old age, strategies to control emotions are diminished, so it is important to stimulate and make the patient aware of emotions, especially positive ones, to compensate for the consequences of negative emotions.

This dissertation aims to conduct research on Alzheimer's disease and to carry out an intervention of emotional stimulation to favour the state of mind in patients who suffer from it.

### 2.2. Keywords

Alzheimer's disease; Dementia; Cognitive stimulation; Emotional stimulation.

### 3. Introducción

El envejecimiento de la población es un hecho mundial, según la OMS en el año 2050, la población mundial con más de 60 años superará los 900 millones, llegando incluso hasta los 2000 millones, lo cual representa un aumento del 12% al 22% (Organización Mundial de la Salud, 2017). Este aumento en la longevidad ha provocado a su vez un incremento en la prevalencia de enfermedades crónicas.

La demencia es un síndrome causado por una enfermedad en el cerebro caracterizado por el deterioro de las funciones mentales superiores o áreas cognitivas, incluyendo la memoria, el pensamiento, la orientación, la toma de decisiones, la capacidad de aprender y la comprensión, además de este deterioro, otro tipo de sintomatología muy común son las alteraciones de comportamiento, las personas que padecen demencia presentan diferentes alteraciones de este tipo a lo largo de la evolución de la enfermedad. La demencia afecta a cada persona de manera diferente, dependiendo del impacto que tenga la enfermedad y la personalidad del individuo.

En el año 2010 se calculó que, a nivel mundial, 35.600 millones de personas tenían demencia y, diversos estudios, indican que este número aumentará de manera alarmante, duplicando esta cifra cada 20 años, llegando a los 115.4 millones de personas en el año 2050 (OMS, 2012).

Pese a que la demencia es una entidad sindrómica, hay diferentes subtipos que se pueden diferenciar en la etiología, el curso clínico, los trastornos asociados o su forma de presentación. Los subtipos más comunes son la enfermedad de Alzheimer (EA), la demencia vascular y las formas mixtas de EA con componentes de afectación cerebrovascular (Garre-Olmo, 2018).

El Alzheimer es la demencia más común en las personas mayores de 64 años, uno de sus síntomas más tempranos y pronunciados consiste en el déficit de memoria, además de esto, otros síntomas visibles en la EA son los de comportamiento, las personas que padecen esta enfermedad presentan diferentes alteraciones en el comportamiento a lo largo de la evolución de la EA. Las personas que padecen Alzheimer van empeorando de manera progresiva, mostrando problemas perceptivos, emocionales y de lenguaje conforme la enfermedad va avanzando. A consecuencia del empeoramiento

que sufren las personas con esta enfermedad, la EA se ha convertido en un problema muy grave, ya que constituye una causa importante de muerte en los países desarrollados. Pero la característica que hace que tenga un impacto tan fuerte es el hecho de que se trata de una enfermedad irreversible, no hay tratamiento curativo, lo único que se puede hacer es intentar enlentecer su progreso, manejar los problemas que deriven de ella, y apoyar a las personas afectadas y sus cuidadores y familiares, entre otros. Si bien es cierto que gracias a los avances se han establecido dos ramas de tratamiento; por un lado, está el tratamiento farmacológico, en el que se utilizan fármacos anticolinesterásicos y antagonistas del glutamato y, por otro lado, el tratamiento no farmacológico centrado principalmente en la estimulación cognitiva y otras terapias.

## 4. Marco teórico

### 4.1. Enfermedad de Alzheimer

#### 4.1.1 Epidemiología

Si bien es cierto que el envejecimiento no constituye en sí mismo un problema de salud, no es menos cierto que, a causa de dicho envejecimiento, han empezado a proliferar diferentes enfermedades crónicas y degenerativas.

La enfermedad de Alzheimer es la forma más común de la demencia y probablemente contribuye entre un 60-70% de los casos (Organización Mundial de la Salud, 2013), además, se reconoce actualmente como un problema cada vez más creciente, especialmente en aquellos países que tienen una alta expectativa de vida. Se calcula que, a nivel mundial, la EA afecta entre 18 y 22 millones de personas, llegando a aumentar a 34 millones de personas en el año 2025, debido al crecimiento de la población mayor de 65 años.

En más del 90% de los casos esta enfermedad se desarrolla después de los 65 años, teniendo una prevalencia que se duplica cada década, desde un 10% entre 60-70 años llegando a un 40% en aquellas personas con 80 años o más (Peña-Casanova, 1999).

Se ha podido observar que la incidencia en las mujeres es superior a la de los hombres, lo cual se debe a que, entre los adultos mayores, sobreviven más mujeres. A parte de esto, podría influir el hecho de que en la mujer postmenopáusica hay una carencia de estrógenos. (Donoso, 2003).

#### 4.1.2 Causas y factores de riesgo

La EA consiste en una enfermedad multifactorial irreversible, la cual requiere la conjunción de factores genéticos y ambientales para su desarrollo. Los genéticos serían los que predispondrían al padecimiento de la enfermedad y modularían la edad de inicio y los ambientales serían aquellos que actuarían como los favorecedores o desencadenantes de los síntomas de esta enfermedad (Barranco-Quintana et al, 2005).

A continuación, veremos los principales factores de riesgo que han sido aportados por una serie de estudios epidemiológicos, genéticos y bioquímicos.

### *Edad*

En la actualidad, la edad, es el principal marcador de riesgo. La prevalencia de la enfermedad se duplica cada 5 años a partir de los 60 años, pasando del 1% entre los 60/65 años hasta llegar a un 39,2% a los 90 años (Ministerio de sanidad, consumo y bienestar social, 2019).

### *Sexo*

Hay estimaciones en las que se muestra una mayor prevalencia de EA entre las mujeres, lo cual se puede deber a una mayor expectativa de vida.

### *Historia familiar*

Alrededor de un 45% de las personas afectadas por EA presentan una incidencia familiar que alcanza el 50% en aquellos afectados muy longevos (85/90 años). Existe un aumento del riesgo de padecer demencia entre los familiares afectados con EA, sobre todo en aquellos en los que el inicio ha sido anterior a los 70 años de edad.

### *Genética*

Es cierto que se ha demostrado una cierta asociación entre los factores genéticos y la EA, aun así, parece que existe una importante heterogeneidad genética. Actualmente se conocen dos tipos de marcadores genéticos en esta enfermedad, estos son:

- *Determinantes.* Consisten en mutaciones en ciertos genes, su presencia determina de forma inexorable la aparición de la Enfermedad de Alzheimer. Estos marcadores se transmiten de manera autonómica dominante y tienen una alta penetrancia, además de ser los responsables de la enfermedad hereditaria con inicio precoz. Pese a esto, son mutaciones muy poco frecuentes, las más frecuentes son aquellas que afectan al gen encargado de codificar la presenilina 1.
- *Predisponentes.* La presencia de estos marcadores aumenta el riesgo de padecer EA. Dentro del gen APOE se destaca el alelo  $\epsilon 4$ , el cual se ha asociado a un mayor riesgo de EA. Dicho alelo ha sido identificado en España en el 44% de los pacientes con la EA, frente al 24,5% detectado en controles sanos. Por otra parte, se ha constatado que la presencia de este alelo está asociado a un adelanto en el inicio de los síntomas, si bien no parece afectar al curso una vez iniciada la enfermedad.

### 4.1.3 Ámbitos sintomáticos generales

#### *Alteraciones cognitivas*

La afectación de las distintas áreas cognitivas no constituye un hecho aislado, sino que repercute de manera directa en la vida de las personas que sufren esta enfermedad, debido a que los déficits generados suponen un impacto negativo en su calidad de vida, impidiéndoles poder realizar de manera autónoma las actividades de la vida diaria.

La enfermedad de Alzheimer se caracteriza por la aparición de depósitos anormales de placas de amiloide y de ovillos neurofibrilares, los cuales afectan de manera progresiva a las neuronas de la región temporal, extendiéndose a otras áreas que comienzan un proceso neurodegenerativo (Lane et al., 2018).

Las regiones temporales medias y, en concreto, el hipocampo, participan en el proceso de la memoria, por lo que el principal síntoma indicado tanto por los pacientes como por los familiares consiste en la pérdida de memoria, mientras que, al extenderse hacia otras áreas de la corteza cerebral, van apareciendo síntomas más relacionados con la orientación temporal, la apraxia y la agnosia.

Algunos estudios muestran que, cuando la enfermedad está asociada a una depresión leve y/o moderada, se produce un aumento de las alteraciones cognitivas en la persona con EA en fase inicial. La depresión provoca que haya una disminución en la capacidad de orientación, cálculo y atención (Da Silva et al., 2018).

#### *Memoria*

La alteración de la memoria constituye el síntoma principal en la EA. Las lesiones producidas en el hipocampo son las que producen los fallos en la memoria a corto plazo o en la memoria episódica, siendo el primer aviso para los familiares. Los déficits se suelen manifestar por olvidos de conversaciones, partes de la lista de la compra u otras tareas.

#### *Lenguaje*

Se puede afectar de manera leve en la fase inicial pero no se observa una alteración significativa hasta la fase avanzada. Por lo tanto, en el estado inicial de la enfermedad, el habla de la persona es fluida y en general preservada pese a esto, es cierto que se produce una alteración de la fluidez

semántica (empiezan a presentar más dificultades a la hora de generar palabras a partir de una consigna semántica). Es, a medida que va avanzando la enfermedad, cuando va aumentando la anomia y se producen paráfrasis o palabras carentes de sentido, llegando a las ecolalias y el mutismo en las etapas más avanzadas y graves.

### *Atención*

La persona que padece EA se distrae fácilmente ante estímulos múltiples, tiene dificultades a la hora de realizar tareas simultáneas o prolongadas y que requieran concentración.

Esta capacidad se va viendo cada vez más afectada a medida que va progresando la enfermedad, discapacitando a la persona en el resto de las funciones cognitivas asociadas como, por ejemplo, la orientación, la praxis o la percepción.

### *Alteraciones funcionales*

Tradicionalmente, la EA se ha analizado desde el punto de vista del ámbito cognitivo, pero realmente la enfermedad tiene un impacto sobre las capacidades que tiene la persona en su día a día, lo cual tiene como consecuencia una dependencia del entorno familiar.

Las actividades de la vida diaria son el conjunto de conductas que una persona ejecuta con frecuencia para vivir de manera autónoma e integrada en su medio ambiente y para cumplir su papel social (Baztan y col., 1994). Estas actividades tienen distinta complejidad y pueden dividirse en básicas, instrumentales y avanzadas.

Es importante valorar qué necesidades tiene la persona con Alzheimer a la hora de realizar este tipo de actividades, en las fases iniciales son de más interés las actividades avanzadas e instrumentales, mientras que en las fases más avanzadas el interés se pone en las básicas, por lo que realizar evaluaciones de las actividades de la vida diaria pueden ayudar a concretar tanto el grado de deterioro de una persona como los efectos y necesidades a la hora de hacer una intervención terapéutica.

### *Alteraciones psicológicas y del comportamiento*

Este tipo de alteraciones son muy frecuentes a lo largo de la evolución de la EA, por ello es importante estar atentos tanto en su aparición como en el desarrollo. Pueden adquirir formas tan diversas que pueden pasar de estados leves de ansiedad hasta problemas mucho más importantes como la deambulación, todo esto pone de manifiesto que esta enfermedad no es solo un problema de la memoria y las capacidades mentales, ya que precisamente las alteraciones del comportamiento son las que generan más problemas tanto a los familiares como a los cuidadores (Peña-Casanova, 1999).

Las personas con enfermedad de Alzheimer presentan una serie de trastornos psicológicos como la depresión, ansiedad, agitación, alteraciones de personalidad, alucinaciones, etc. Se ha hecho uso de diferentes términos a la hora de hacer referencia a este tipo de problemas, pero finalmente se decidió usar el término de "signos y síntomas del comportamiento y psicológicos" (Finkel y col, 1997).

Cuando dichos síntomas tienen una aparición repentina, suponiendo un cambio importante en el comportamiento habitual, será imprescindible una valoración médica. Por ello, realizar una observación y registro tanto de los detalles como de las circunstancias que pueden provocar estas alteraciones ayudará a la hora de realizar las adaptaciones pertinentes, además de resultar una información muy útil para el médico a la hora de valorar qué tratamiento farmacológico sería más adecuado en caso de que fuese necesario.

Como cabe suponer, estas alteraciones no solo generan problemas en la persona que las padece, sino también en sus familias y cuidadores, por ello encontrar un tratamiento adecuado puede ser un gran alivio, además de ofrecer una posible salida a algunas situaciones insostenibles. Es cierto que el tratamiento produce una mejora en la calidad de vida no solo de las personas que padecen la enfermedad, sino también de sus cuidadores. Pese a ello, muchas veces, debido a las características de la enfermedad y a la problemática derivada de ella, es complejo encontrar un tratamiento que consiga esta mejora.

A continuación, veremos las alteraciones más importantes dentro de este ámbito (Peña-Casanova, 1999).

#### Problemas relacionados con los trastornos de memoria y la conciencia de estar enfermo

Hay casos en los que el paciente no es consciente de su enfermedad, por lo que niega la existencia de los problemas observados por la familia. Esta falta de conciencia produce muchos conflictos familiares, ya que el paciente no querrá ningún tipo de intervención médica.

#### Delirios

Consisten en creencias falsas fundamentadas en conclusiones incorrectas sobre la realidad, las cuales son mantenidas por parte del paciente. En la EA son muy frecuentes y, además, constituyen una importante causa de consultas médicas.

#### Alucinaciones

Son impresiones sensoriales o perceptivas acontecidas sin la necesidad de un estímulo real que las provoque. El paciente puede tener sensaciones, ver cosas u oler cosas que no existen.

#### Interpretaciones erróneas e incapacidad de reconocer personas y cosas

Pueden deberse a múltiples causas como interpretaciones delirantes, ilusiones o interpretaciones erróneas a consecuencia de trastornos en el razonamiento.

#### Depresión

Entre el 40% y el 50% de los casos presentan depresión. Se puede explicar como una reacción ante la conciencia de la pérdida de las capacidades, aunque en otros casos podría ser resultado de lesiones cerebrales. Las manifestaciones más frecuentes son el llanto, sentimientos de culpa, sentirse una carga para los demás, entre otros.

#### Labilidad emocional, reacciones catastróficas y enfados

La labilidad emocional es la propensión de los enfermos de EA a presentar cambios bruscos en los sentimientos y expresiones emocionales. Las emociones pueden variar entre sentimientos depresivos, estados de alegría o conductas de furor.

Por otro lado, las reacciones catastróficas consisten en arranques de angustia desproporcionada en relación con la causa que las provoca. Estas reacciones

pueden verse precipitadas por síntomas cognitivos y no cognitivos, pero también pueden ser facilitadas por otros factores como el dolor, algunos medicamentos, entre otros.

#### Ansiedad

Consiste en un sentimiento de miedo, su manifestación más frecuente es una excesiva preocupación anticipada sobre aquellos acontecimientos que aún no han tenido lugar. Afecta a un 40% de los pacientes y, en los casos en los que es grave, puede conducir a episodios de agitación.

#### Agitación / agresión

Constituye un estado importante de tensión, manifestado en una hiperactividad de movimientos y conductas molestas. Un fenómeno común en la enfermedad y se puede dar con independencia de otros trastornos del comportamiento. Supone un gran problema para los familiares, ya que los pacientes pueden dañar no solo el entorno, sino también a las demás personas y a ellos mismos.

#### Alteraciones de la personalidad

Se puede modificar en caso de lesiones cerebrales, son un fenómeno muy frecuente en la EA. Hasta un 70% de los pacientes las sufren en las fases iniciales. Los pacientes se pueden volver irritables, infantiles, desinhibidos, agresivos o suspicaces.

#### Alteraciones del sueño y del ritmo diurno

Este tipo de trastornos son muy frecuentes, llegan a alcanzar cifras entre un 40% y 70%, además no solo afectan al paciente, sino también al cuidador, el cual no puede descansar.

#### Cambios en el apetito y conducta alimentaria

Estos trastornos pueden presentarse de diferentes formas, o bien puede haber un incremento o disminución del apetito o bien se puede manifestar a través de trastornos del comportamiento en el momento de comer. El hecho de que la memoria y la consciencia se va perdiendo progresivamente hace que el paciente presente problemas a la hora de identificar los objetos, que interpreten una pequeña sensación de apetito como si no hubiese comido desde hace tiempo, etc.

### Cambios en la actividad sexual

Estos cambios también se pueden manifestar de diferentes formas. El más común consiste en una disminución tanto del impulso como del interés sexual, raramente hay casos de agresiones sexuales en los casos de demencia. Es importante destacar el síndrome de Klüver-Bucy, el cual consiste en una manifestación compleja caracterizada por hiperoralidad, hipermetamorfosis, placidez emocional, agnosia y alteraciones en la conducta sexual.

### Alteraciones de la actividad psicomotora

Los tipos más comunes son la deambulación errante (deambular sin rumbo ni objetivo), el seguimiento persistente del cuidador (seguir a la persona cuidadora a todas partes) y actos y manipulación repetidos (repetir acciones sin poder finalizarlas o quedar satisfechos, estos actos se dan con cierta frecuencia).

## 4.2. Tratamientos

### 4.2.1 Tratamiento farmacológico

Es cierto que en la actualidad no existe una cura para la enfermedad de Alzheimer, pero los medicamentos pueden enlentecer el avance de los síntomas y, a su vez, mejorar la calidad de vida tanto de las personas que padecen la enfermedad como de las personas encargadas de sus cuidados.

La Administración de Medicamentos y Alimentos de EEUU (FDA) aprobó cinco medicamentos para tratar los síntomas del Alzheimer, dirigidos a paliar los efectos de esta patología.

#### *Medicamentos para retrasar la evolución de los síntomas*

Los primeros en aparecer fueron los inhibidores de colinesterasa, a los cuales les siguió la memantina. Estos medicamentos retrasan la evolución de los síntomas de la EA, pero no actúan ni sobre las lesiones cerebrales derivadas de la evolución de dicha enfermedad, ni alargan la vida de las personas enfermas.

Las ventajas de estos medicamentos es que ofrecen tanto al enfermo como a la familia un tiempo de respiro en la evolución de los síntomas y retrasan el ingreso de la persona en una residencia (Fundación Alzheimer España, 2015).

A continuación, veremos cómo funcionan estos medicamentos.

### Inhibidores de la colinesterasa

Las células que mueren a lo largo de la evolución de la EA son las neuronas que utilizan la acetilcolina como neurotransmisor químico, lo que produce una bajada de la tasa cerebral de acetilcolina. El objetivo de estos medicamentos es aumentar la concentración de la acetilcolina en el cerebro, impidiendo que la colinesterasa destruya la acetilcolina y, consiguiendo así, un aumento de la concentración de esta en el cerebro, lo cual facilitaría la comunicación entre aquellas neuronas que utilizan este neurotransmisor.

El efecto que tienen estos medicamentos es sobre los síntomas: sobre la memoria y las actividades de la vida diaria (AVD). No consiguen una mejoría, si no un mantenimiento de las facultades todavía preservadas (Fundación Alzheimer España, 2015).

### La memantina

Es el único representante de los antagonistas NMDA y actúa sobre el glutamato (neurotransmisor diferente de la acetilcolina). Este medicamento disminuye los efectos neurotóxicos producidos por una sobrecarga del glutamato en el cerebro, por lo que posee un efecto protector diferente a los inhibidores de la acetilcolina, pese a que su eficacia es muy similar. Obtiene beneficios terapéuticos sobre las funciones intelectuales además del funcionamiento global y el comportamiento (Fundación Alzheimer España, 2015).

### *Medicamentos para luchar contra los trastornos del comportamiento y del humor*

Este tipo de trastornos son constantes a lo largo de la evolución de la enfermedad, los cuales tienen repercusiones importantes sobre el desarrollo de la vida diaria y constituyen el principal motivo de ingreso en una residencia.

Existen diferentes tipos de medicamentos que permiten luchar contra este tipo de conductas, los veremos a continuación (Campbell y cols, 2008).

En general, los neurolépticos se reservan para controlar a aquellos pacientes que tienen trastornos severos de conducta, agitación, agresividad e insomnio. Los que más se utilizan son la *resperidona*, *clozapina*, *olanzapina* y la *tioridazina*. Las dosis de estos medicamentos deben ser las mínimas ya que pueden producir somnolencia y confusión.

En el caso de los ansiolíticos, las benzodiazepinas son menos efectivas, se pueden utilizar para tranquilizar de forma momentánea. En cuanto a la agitación y la conducta agresiva, los medicamentos que han sido utilizados y han obtenido buenos resultados son el propanolol, la carbamazepina y el valproato de sodio (Libre Rodríguez y Guerra Hernández, 2002)

#### Medicamentos para tratar la ansiedad y la angustia

Estos medicamentos son eficaces, pero también dañinos para la memoria y las facultades intelectuales. Las dosis elevadas provocan somnolencia y, en ocasiones, agitación y agresividad, por lo tanto, es conveniente usarlos de manera puntual en los momentos de tensión y no hacer un uso continuado.

#### Medicamentos para tratar la depresión o antidepresores.

En la EA es habitual que las personas tengan ideas depresivas. Los antidepresores, pese a que regulan el funcionamiento cerebral, no actúan sobre la causa de la depresión. Ciertos medicamentos anulan el efecto positivo de los inhibidores de colinesterasa y pueden producir confusión mental, por ello es importante hablar antes con el médico.

#### Medicamentos para tratar la apatía

Los inhibidores de colinesterasa tienen una acción positiva sobre la apatía, pese a que estos medicamentos pueden ayudar, es cierto que la participación de la persona cuidadora y la estimulación recibida por parte de la familia son esenciales, por ello no hay que recurrir únicamente a los medicamentos

#### Medicamentos para tratar las alucinaciones y las ideas delirantes

Son medicamentos "antipsicóticos" o "neurolépticos", se utilizan cuando las alucinaciones que sufre la persona con EA le provocan angustia o comportamientos peligrosos. Este tipo de medicamentos producen sedación y trastornos motores como la rigidez, caídas o dificultades a la hora de andar.

#### 4.2.2 Terapia no farmacológica

Debido a que no existe un tratamiento farmacológico efectivo y sin efectos secundarios cada vez se pone más en práctica el uso de terapias no farmacológicas, las cuales tienen como objetivo aliviar los síntomas de las personas que padecen Alzheimer, además de mejorar la calidad de vida tanto de las personas afectadas como de sus familiares y cuidadores.

Este tipo de terapias consiste en una intervención no química, teóricamente sustentada, focalizada y replicable, realizada sobre el paciente o el cuidador y potencialmente capaz de obtener un beneficio relevante (Olazarán et al, 2010).

Es decir, estas terapias consisten en una intervención dentro de un contexto que estimula al sujeto, las cuales se adecuan a sus necesidades además de tener una repercusión positiva tanto en la persona que padece la enfermedad como en su entorno más cercano.

Estas intervenciones psicosociales tienen una serie de objetivos terapéuticos como el hecho de estimular, mantener o potenciar aquellas capacidades que el usuario tiene preservadas, evitar que haya una desconexión con su entorno, estimula su identidad y autoestima, entre otros.

Es importante que las terapias se supervisen y desarrollen por profesionales para obtener unos buenos resultados en su aplicación. Pese a ello, los familiares también pueden realizar diferentes actividades con la persona afectada, contribuyendo así a la mejora de la autoestima y calidad de vida.

La estimulación cognitiva consiste en la rehabilitación como un proceso a través del cual las personas discapacitadas a consecuencia de una enfermedad o lesión trabajan junto a profesionales y familia para alcanzar el estado máximo de bienestar físico, psicológico, social y vocacional posible (López et al., 2002). Por lo tanto, se busca alcanzar la mejora a nivel emocional, ya que se entrena a las persona a reutilizar habilidades instaurada y ejercitar el uso de recursos externos, manteniendo lo máximo posible las habilidades preservadas y retrasando la pérdida definitiva.

Cualquier tipo de estimulación cognitiva se basa en los mismos objetivos, que son los siguientes:

- Mantener las habilidades intelectuales preservadas el mayor tiempo posible para poder mantener su autonomía.
- Tener un entorno que sea rico en estímulos para facilitar tanto el razonamiento como la actividad motora.
- Mejorar las relaciones interpersonales de los sujetos (Puig, 2000).

En función del estadio en el que la persona enferma se encuentre, la estimulación cognitiva irá dirigida hacia unas áreas y capacidades u otras.

Dentro de las terapias no farmacológicas y, en concreto, en la intervención cognitiva, existen diferentes tipos y métodos a poner en práctica, como, por ejemplo:

- Terapia cognitiva específica.
- Psicomotricidad.
- Orientación a la Realidad.
- Actividades ocupacionales.
- Terapias de validación.
- Estimulación emocional.

### 4.3 Estimulación emocional

Dentro de la estimulación cognitiva, mi trabajo se centra concretamente en la estimulación emocional.

Antes de profundizar en el tema primero es importante conocer cómo afecta el envejecimiento y la demencia a las emociones, en concreto nos vamos a centrar en la autoestima y la depresión y como puede afectar la depresión en la autoestima de las personas. Es cierto que en el envejecimiento es más difícil reconocer algunas emociones negativas (Vasiliki y Louise, 2007), sin embargo, se cree que las personas que están en edades más avanzadas poseen y muestran una serie de estrategias más efectivas a la hora de reparar su componente emocional (Matthias et al., 2007). Por lo tanto, es cierto que los adultos mayores tienen una serie de estrategias para controlar las emociones, pero se considera que estas son pasivas, ya que durante la vejez disminuye la capacidad de integrar el binomio cognición-emoción (Heckman y Blanchard-Fields, 2008).

Una vez conocido el hecho de que, durante la vejez, las estrategias a la hora de controlar las emociones se ven mermadas, pasaremos a hablar de la estimulación emocional y por qué es importante.

Según Rebeca González (ECG- Instituto Alzheimer y demencias) este tipo de estimulación consiste en un conjunto de técnicas que tienen como objetivo estimular y hacer conscientes las emociones en el paciente, tanto las positivas como las negativas. En concreto, dentro de las demencias, el objetivo es buscar y hablar de las emociones positivas. Es cierto que hablar de emociones negativas es necesario, ya que hay que aprender a identificar los sentimientos negativos y ser conscientes de ellos para poder entender qué consecuencias pueden derivar de estas emociones. Pero una vez conocidas e identificadas las emociones negativas, es importante compensarlas con las positivas (González, s.f).

Es importante utilizar la estimulación emocional como terapia ya que las emociones forman parte del día a día de todas las personas y por ello debemos reconocerlas y gestionarlas. En el caso de las personas con demencia es aún más importante trabajar la estimulación emocional, ya que muchos pacientes se ven absortos por emociones negativas derivadas de la enfermedad, las cuales impiden que se beneficie de las demás terapias.

En el caso de los pacientes con deterioro cognitivo leve la estimulación emocional se puede trabajar a través de muchas terapias diferentes. En el deterioro cognitivo moderado, esta variedad de terapias va disminuyendo y, en deterioro cognitivo severo, disminuye aún más. Lo importante es tener una terapia e ir adaptándola en función del grado de la enfermedad. Algunas de las terapias emocionales que se pueden realizar con los usuarios son la risoterapia, musicoterapia, reminiscencia, entre otras.

Para reforzar las emociones positivas y, en concreto, la autoestima de los participantes he creado una dinámica para trabajar con un grupo de usuarios de la asociación de Alzheimer y otros trastornos neurocognitivos de Reus y el Baix Camp. Antes de explicar en qué consiste la dinámica considero que es importante hablar de qué es la autoestima. Nathaniel Branden (1995) define la autoestima como "la experiencia fundamental de que podemos llevar una

vida significativa y cumplir sus exigencias. Más concretamente podemos decir que la autoestima es lo siguiente:

- La confianza en nuestra capacidad de pensar, en nuestra capacidad de enfrentarnos a los desafíos básicos de la vida.
- La confianza en nuestro derecho a triunfar y a ser felices; el sentimiento de ser respetables, de ser dignos, y de tener derecho a afirmar nuestras necesidades y carencias, a alcanzar nuestros principios morales y a gozar del fruto de nuestros esfuerzos.”

Según Enrique Rojas la autoestima “se vive como un juicio positivo sobre uno mismo, al haber conseguido un entramado personal coherente basado en los cuatro elementos básicos del ser humano: físicos, psicológicos, sociales y culturales. En estas condiciones va creciendo la propia satisfacción, así como la seguridad ante uno mismo y ante los demás.” (Rojas, 2001).

De estas dos definiciones podemos considerar que la autoestima no es otra cosa que dar valor y reconocer todo aquello que cada uno somos y lo que podemos llegar a ser.

Por ello, el objetivo de la dinámica consiste en que cada uno de los participantes comente algún aspecto positivo del resto de sus compañeros, para ofrecer diferentes puntos de vista y cualidades que quizás ellos mismos no se han parado a pensar que pueden poseer.

## 5. Objetivos

### 5.1 Objetivo general

El objetivo principal de este trabajo consiste en la implementación de una dinámica basada en estimulación emocional, en la que cada uno deberá nombrar aspectos positivos de los demás compañeros para conseguir una mejora y aumento de la autoestima de las personas participantes que padecen EA y así conseguir una mejora en su estado de ánimo y favorecer la cohesión grupal.

### 5.2 Objetivos específicos

- Realizar una descripción sobre la enfermedad de Alzheimer, sus síntomas y las áreas cognitivas a las que afecta.
- Identificar los diferentes tratamientos existentes para tratar la enfermedad de Alzheimer.
- Crear una sesión de estimulación emocional e implementarla.
- Mantener o mejorar el estado de ánimo de los participantes durante la implementación de la dinámica.
- Propiciar un espacio en el que puedan expresarse y dialogar abiertamente sobre emociones positivas.
- Mejorar la cohesión como grupo.

## 6. Método

### 6.1 Participantes

Los participantes forman parte de un grupo de la Unidad de Memoria de la Asociación de Alzheimer y otros trastornos neurocognitivos de Reus y el Baix Camp. En la implementación de la dinámica han participado siete usuarios, cabe mencionar que uno de los usuarios no padece Alzheimer, se trata de un usuario con Parkinson.

Además de este grupo, se ha evaluado a un grupo control de las mismas características pero que no ha participado en la dinámica para comprobar si los resultados obtenidos se deben a la actividad realizada o no.

### 6.2 Instrumentos

Para realizar la evaluación he elegido la escala de Rosenberg ya que es un test muy conocido a la hora de evaluar la autoestima, la cual es la principal variable a tener en cuenta en la dinámica. La escala Rosenberg consiste en un test con 10 ítems que valoran sentimientos de respeto y aceptación de sí mismo/a, los cuales se deben contestar en función de si nos sentimos o no identificados con ellos. De los ítems 1 a 5, las respuestas A a D se puntúan de 4 a 1, de los ítems 6 a 10, las respuestas A a D se puntúan de 1 a 4, los puntos de corte son los siguientes:

- De 30 a 40 puntos: autoestima elevada.
- De 26 a 29 puntos: autoestima media.
- Menos de 25 puntos: autoestima baja.

Esta escala ha mostrado índices de fiabilidad altos, correlaciones test-retest que varían de 0.82 a 0.88, con alfa de Cronbach en un rango de 0.77 a 0.88 (Vázquez et al., 2013).

La segunda escala elegida para la evaluación es el Test de Yesavage, la cual es una escala abreviada de depresión geriátrica, he elegido esta escala ya que en la demencia y, en concreto, en la enfermedad de Alzheimer es común padecer depresión, consiste en una escala de 15 preguntas que ayuda a identificar casos o posibles casos de depresión, cada respuesta errónea puntúa 1, los puntos de corte son los siguientes:

- De 0 a 5: normal.
- De 6 a 10: depresión moderada.

- Más de 10: depresión severa.

La versión abreviada de la Escala de Yesavage muestra una consistencia interna entre 0.76 y 0.89 (Gómez-Angulo y Campo-Arias, 2010).

Además de estos dos cuestionarios he realizado una plantilla de observación para pasarla antes y después de la sesión y así observar si ha habido cambios derivados de la dinámica o no.

### 6.3 Instrumento de recogida de datos

Para recoger todos los datos y analizar los resultados he utilizado el programa SPSS. Lo primero que hice fue realizar la base de datos con todas las puntuaciones obtenidas los tests administrados. Una vez tenía la base de datos, obtuve los estadísticos descriptivos y realicé la prueba t para muestras independientes.

### 6.4 Procedimiento

Para analizar los resultados administré los instrumentos antes y después de la implementación de la dinámica.

En cuanto a la dinámica, se trata de una sesión de estimulación emocional en grupo, a través de la cual se busca mejorar la autoestima de los participantes. Esta dinámica es una adaptación de algunas de las que he encontrado por internet con objetivos y procedimiento similares. Los participantes deben sentarse en círculo y, uno a uno, respetando el turno, irán diciendo cualidades y aspectos positivos del grupo en general, de los demás compañeros y de ellos mismos.

Antes de iniciar la actividad, lo primero es administrar los tests de manera individual, para poder ayudar con cualquier duda y hacerlo de forma más tranquila. Además, aprovecho antes de la sesión para completar la escala de observación, la cual me ayudará a observar si hay diferencias antes y después de la implementación de la dinámica. Una vez administrados ambos cuestionarios, se sientan en redonda para vernos mejor y se pasa a explicar en qué va a consistir la actividad que realizaremos.

La actividad se divide en dos partes:

- En la primera parte, cada uno debe decir una cualidad positiva del grupo en general. Algo que les guste de ellos como grupo. Una vez

todos han comentado algo sobre su grupo, se hace un breve resumen y se explica la segunda parte.

- En esta parte, cada uno de los participantes debe decir una cualidad o aspecto positivo de su compañero de la izquierda, luego el de la derecha y luego sobre ellos mismos.

Para saber quién tiene el turno sujetarán una pelota cada vez que les toque hablar, así los demás compañeros sabrán en cada momento quien tiene el turno de palabra.

Antes de realizar la actividad, tuve en cuenta algunas situaciones que podrían pasar en las que fuese necesario reconducir al tema central, las situaciones son las siguientes:

- Que surjan emociones negativas en lugar de positivas, es importante remarcar que queremos destacar aquellos aspectos positivos de los demás y de ellos mismos.
- Desviarse del tema principal, en los casos en los que se pierda el hilo conductor es importante reconducir al tema que se está tratando.
- Casos en los que no sepan qué decir o no sepan cómo definirlo, se les puede ayudar a acabar de explicar aquellos que quieren decir.
- Casos en los que no se respete o no se escuche a algún compañero, es importante pedirles que escuchen a la persona que está hablando y comentarles que, si quieren añadir algo, en cuanto acabe de hablar podrán hacerlo.

Estas situaciones variaron un poco cuando realizamos la actividad, es cierto que no se dieron todas, pero sí que tuvieron lugar las siguientes situaciones:

- Una de las participantes me comentó que ella no sabía que decir y que si podía pasar de turno. Le pregunté si quería intentarlo y que, si no se sentía cómoda, no pasaba nada y pasaríamos el turno. Al final lo intentó y comentó cosas muy bonitas sobre sus compañeros, pese a que ella creía que no lo había hecho muy bien. La felicité por su participación y sus compañeros agradecieron sus comentarios.
- En algunos momentos querían hablar todos a la vez, pero al pedirles que escuchasen al compañero que estaba hablando y que luego podrían añadir comentarios, respetaron a la persona y su turno.

Una vez finalizada la dinámica, pregunté a los participantes qué les había parecido la actividad, si les había gustado y cómo se habían sentido. La respuesta general fue que les gustó mucho hacer esa actividad, que es importante hablar de estos temas a veces y que les gustaría hacerlo más a menudo ya que estaban muy contentos.

Después de esto, se realiza la administración de ambos cuestionarios y la escala de observación de nuevo, para poder analizarlos y observar si ha habido alguna variación o no.

En el caso del grupo control, el procedimiento es el siguiente:

A primera hora, cuando van llegando los usuarios se van administrando de manera individual los cuestionarios y la escala de observación. Una vez administrados todos los cuestionarios, se realiza una sesión de estimulación cognitiva. Después de esta sesión se vuelven a administrar los cuestionarios y la escala de observación.

De esta forma podremos comparar los resultados obtenidos en ambos grupos y ver si la dinámica ha tenido efecto o no.

## 7. Resultados

En la primera tabla podemos observar los resultados obtenidos en el pretest tanto de la escala Rosenberg como de la escala Yesavage. Como se puede observar, en el caso de la escala Rosenberg hay diferencias entre el grupo control y el grupo experimental a favor del grupo experimental con una diferencia aproximada de dos puntos, mientras que en el Yesavage no hay diferencias entre ambos grupos.

**Tabla 1**

*Estadísticas de grupo pretest*

	Grupos	N	Media	Desviación estándar	Media de error estándar
Puntuaciones-Pre-Rosenberg	control	7	30,57	1,134	,429
	experimental	7	32,86	2,410	,911
Puntuaciones Pre Yesavage	control	7	2,57	2,225	,841
	experimental	7	3,29	3,302	1,248

En la segunda tabla, podemos observar los resultados obtenidos en la prueba t para muestras independientes en el pretest de ambas escalas. En el caso de la escala de Rosenberg, la P es mayor a 0,5 por lo que se asumen varianzas iguales. La puntuación t en la escala Rosenberg es -2,270 con una significación de 0,042, por lo que ya existen diferencias significativas entre el grupo control y el grupo experimental en el pretest. Mientras que en la escala Yesavage no hay diferencias entre ambos grupos.

**Tabla 2**

*Prueba de muestras independientes pretest*

		Prueba t para la igualdad de medias					95% intervalo de confianza de la diferencia	
		t	gl	Sig. (bilateral)	Diferencia de medias	Diferencia de error estándar	Inferior	Superior
Puntuaciones-Pre Rosenberg	Se asumen varianzas iguales	-2,270	12	,042	-2,286	1,007	-4,479	-,092
Puntuaciones-Pre Yesavage	No se asumen varianzas iguales	-,475	10,518	,645	-,714	1,505	-4,046	2,617

En la tabla 3, se observan los resultados obtenidos en el post test de ambas escalas. Se puede observar como la media del grupo control se mantiene casi constante, mientras que en el caso del grupo experimental ha habido un aumento de casi 2 puntos en el caso de la escala Rosenberg en comparación con el pretest, mientras que las puntuaciones en el caso de la escala Yesavage se mantienen constantes tanto para el grupo control como para el grupo experimental.

**Tabla 3**

*Estadísticas de grupo post test*

		Grupos	N	Media	Desviación estándar	Media de error estándar
Puntuaciones - Post Rosenberg	control		7	30,43	1,512	,571
	experimental		7	34,29	2,690	1,017
Puntuaciones - Post Yesavage	control		7	2,14	2,193	,829
	experimental		7	2,86	2,734	1,033

En la tabla 4, observamos los resultados obtenidos en la prueba t. En este caso, de nuevo la F es mayor a 0,5 en la escala Rosenberg, por lo que se vuelven a cumplir el supuesto de homogeneidad de varianzas. La puntuación t en el caso de la escala Rosenberg es de -3,307 con una significación de 0,006, por lo tanto, sigue habiendo diferencias significativas entre el grupo control y el grupo experimental. Mientras que en la escala Yesavage, sigue sin haber diferencias entre ambos grupos.

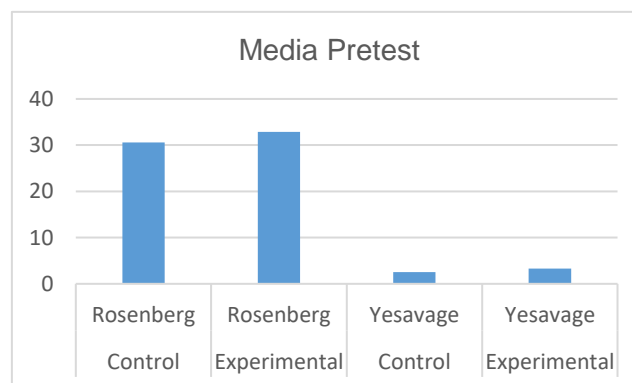
**Tabla 4**

*Prueba de muestras independientes post test*

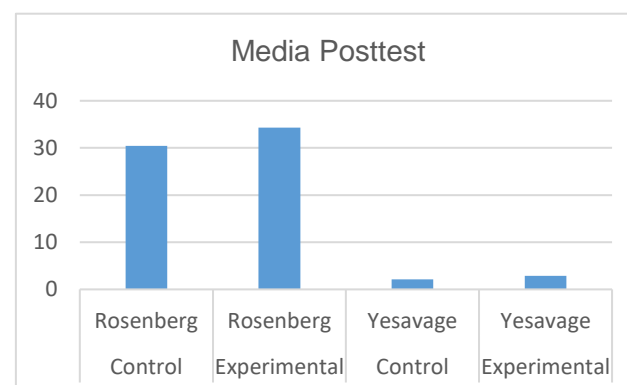
		Prueba t para la igualdad de medias					95% intervalo de confianza de la diferencia	
		t	gl	Sig. (bilateral)	Diferencia de medias	Diferencia de error estándar	Inferior	Superior
Puntuaciones- Post Rosenberg	Se asumen varianzas iguales	- 3,307	12	,006	-3,857	1,166	-6,399	-1,316
Puntuaciones- Post Yesavage	No se asumen varianzas iguales	- ,539	11,460	,600	-,714	1,325	-3,616	2,187

En las dos figuras que hay a continuación podemos observar gráficamente los resultados obtenidos en la escala Rosenberg y Yesavage tanto en el pretest como en el post test. Como hemos visto anteriormente ya en el pretest había diferencias a favor del grupo experimental en el caso de la escala de Rosenberg, pero dichas diferencias se han visto acrecentadas casi dos puntos una vez se ha implementado la dinámica, mientras que el grupo control se ha mantenido estable. En el caso de la escala de Yesavage, se puede observar que se ha mantenido casi constante la puntuación tanto en el grupo control como en el grupo experimental.

Por lo tanto, podemos decir que, a pesar de las diferencias presentes en el pretest, realmente parece ser que la intervención ha funcionado, ya que dichas diferencias se han acrecentado en el post test. Un aumento en las puntuaciones de la escala Rosenberg suponen una mejora de la autoestima, ya que a mayores puntuaciones obtenidas en esta escala significa mayor autoestima, por lo que, comparado con el grupo control, podemos decir que la intervención ha tenido efectos en la autoestima de los participantes del grupo experimental.



**Figura 1** Medias escalas pretest



**Figura 2** Medias escalas post test

En las dos tablas que veremos a continuación, podemos observar aquellos ítems de la escala de Rosenberg que han mostrado ser significativos. En este caso, nos hemos centrado en las puntuaciones obtenidas únicamente en el post test de la escala de Rosenberg, ya que la escala de Yesavage se ha mantenido constante y no se ha observado ninguna diferencia a favor del grupo experimental. En concreto ha habido tres ítems en los que se han podido observar diferencias importantes entre ambos grupos.

**Tabla 5**

*Estadísticas de grupo ítems Rosenberg*

	Grupos	N	Media	Desviación estándar	Media de error estándar
Siento que no tengo mucho de lo que estar orgullosa/a	Control	7	3,14	,378	,143
	Experimental	7	3,86	,378	,143
Me gustaría poder sentir más respeto por mí mismo	Control	7	2,43	,535	,202
	Experimental	7	3,00	,000	,000
A veces creo que no soy buena persona	Control	7	3,00	,577	,218
	Experimental	7	4,00	,000	,000

**Tabla 6***Prueba de muestras independientes de ítems Rosenberg*

		Prueba t para la igualdad de medias							
		t	gl	Sig	Diferencia de medias (bilateral)	Diferencias de error estándar	95% de intervalo de confianza de la diferencia		
								Inferior	Superior
Siento que no tengo mucho orgulloso/a	Se asumen varianzas iguales	-3,536	12	,004	-,714	,202	-1,154	-,274	
Me gustaría poder sentir más respeto por mí mismo	No se asumen varianzas iguales	-2,828	6	,030	-,571	,202	-1,066	-,077	
A veces creo que soy buena persona	Se asumen varianzas iguales	-4,583	12	<,001	-1	,218	-1,475	-,525	

En la tabla 7, se ven representados los resultados obtenidos a partir de la escala de observación realizada. Igual que ambos tests, fue administrada antes y después de la intervención en el caso del grupo experimental y antes y después de la sesión de estimulación cognitiva en el caso del grupo control. En el caso de la escala de observación no se han observado puntuaciones que supongan diferencias significativas a nivel estadístico, es cierto que a la hora de administrarla se observaban diferencias entre ambos grupos y en el grupo experimental se observaron diferencias en algunos de los ítems entre el pretest y el post test, pero una vez analizadas a través del programa SPSS no han resultado ser significativas.

**Tabla 7***Prueba de muestras independientes escala de observación*

		prueba t para la igualdad de medias						
		95% de intervalo de confianza de la diferencia						
		t	gl	Sig. (bilateral)	Diferencia de medias	Diferencia de error estándar	Inferior	Superior
Se muestra participativo/a	Se asumen varianzas iguales	-,816	12	,430	-,286	,350	-1,048	,477
Mantiene el contacto ocular	Se asumen varianzas iguales	,000	12	1	,000	,261	-,568	,568
Sonríe frecuentemente	Se asumen varianzas iguales	-,311	12	,761	-,143	,459	-1,143	,858
Muestra interés por lo que los compañeros opinan de él/ella	No se asumen varianzas iguales	-2,121	6	,078	-,429	,202	-,923	,066
Se muestra cómodo/a expresando sus opiniones	Se asumen varianzas iguales	,000	12	1	,000	,340	-,741	,741

---

Mantiene una postura relajada	No se asumen varianzas iguales	-1	6	,356	-,143	,143	-,492	,207
Se muestra contento/a	Se asumen varianzas iguales	,500	12	,626	,143	,286	-,480	,765
Agradece las muestras de afecto de compañeros	No se asumen varianzas iguales	-	6	,078	-,429	,202	-,923	,066

---

## 8. Discusión

Como hemos podido observar en los resultados, en el caso de la escala de Yesavage, las puntuaciones del grupo control y del grupo experimental no muestran diferencias significativas, sus puntuaciones se han mantenido constantes. El hecho de no haber obtenido resultados significativos puede deberse al hecho de que solo se ha podido realizar la intervención en una única sesión y dicha escala mide la depresión, por lo que encontrar diferencias en depresión es difícil.

Por el contrario, en el caso de la escala de Rosenberg, se han mostrado diferencias significativas a favor del grupo experimental. En el caso del pretest ya se podían observar diferencias entre ambos grupos, dichas diferencias han acrecentado casi 4 puntos una vez implementada la dinámica. Por lo que podemos decir que la intervención ha tenido el efecto esperado y se ha producido una mejora de la autoestima en los participantes del grupo experimental.

Centrándonos únicamente en el post test de la escala Rosenberg podemos ver que hay 3 ítems que muestran diferencias significativas entre ambos grupos, los ítems son los siguientes:

- Siento que no tengo mucho de lo que sentirme orgulloso. En este caso, si nos fijamos en las medias entre ambos grupos podemos ver que no hay mucha diferencia entre ellas, pero fijándonos en la desviación típica vemos que no llega a 0,4 por lo que la diferencia entre ambos grupos es más grande que una desviación típica, por lo tanto, podemos ver que hay una diferencia importante entre ambos grupos.
- Me gustaría poder sentir más respeto por mí mismo.
- A veces creo que no soy buena persona.

Estos tres ítems tienen una connotación negativa y, como vemos, hay diferencias entre el grupo control y el experimental, por lo que podemos interpretar que la intervención ha tenido más incidencia en estos aspectos.

En cuanto a los resultados obtenidos a partir de la escala de observación se muestra que no hay diferencias significativas en ninguno de los ítems entre los dos grupos. Con esto se interpreta que la intervención no ha tenido efecto en estos aspectos en el grupo experimental. Es cierto que, una vez analizados

los resultados, no muestran que haya habido efecto, pero a la hora de realizar la observación sí que se pudieron observar cambios entre los participantes de ambos grupos y, en concreto, entre el pretest y el post test del grupo experimental.

Uno de los problemas que se ha podido dar para que estos resultados no hayan sido significativos puede ser el hecho de que haber realizado inferencias incorrectas, es decir, interpretar la conducta de alguno de los participantes de forma equivocada.

## 9. Conclusiones

- El envejecimiento de la población a nivel mundial provoca enfermedades crónica e irreversibles, entre las cuales se encuentran las demencias y, en concreto, la Enfermedad de Alzheimer.
- Las personas que sufren EA muestran dificultades perceptivas, emocionales, de lenguaje, comportamentales y déficits de memoria. Estas dificultades van empeorando a medida que la enfermedad va progresando.
- Hay diferentes factores de riesgo que pueden influir en mayor o menor medida a la predisposición de EA, algunos de ellos son: la edad, el sexo, la historia familiar, la genética, entre otros.
- A lo largo de la evolución de la EA son frecuentes las alteraciones psicológicas y del comportamiento, como los delirios, las alucinaciones, la depresión, ansiedad, alteraciones del sueño, cambios en la conducta sexual, entre otros.
- Dentro de las intervenciones podemos encontrar las terapias farmacológicas y las terapias no farmacológicas. Pese a que la EA es una enfermedad que no tiene cura, la combinación de estos dos tipos de terapias resulta efectiva para enlentecer el deterioro.
- Los fármacos más utilizados en la Enfermedad de Alzheimer para retrasar la evolución de sus síntomas son los inhibidores de colinesterasa y la memantina.
- El objetivo de las terapias no farmacológicas consiste en aliviar los síntomas de las personas que padecen Alzheimer y mejorar la calidad de vida tanto de las personas afectadas como de los familiares y las personas cuidadoras.

- La estimulación emocional es un tipo de terapia no farmacológica, la cual busca estimular y hacer conscientes las emociones de los usuarios. En concreto, se busca hablar de las emociones positivas para poder compensar las negativas.
- La dinámica utilizada para esta intervención se basa en el aumento de autoestima de los usuarios.
- La implementación resultó complicada pero satisfactoria. Hubo participación por parte de todos y se sintieron felices con la actividad y las palabras que compartieron con sus compañeros.
- En cuanto a los resultados, se puede observar un incremento en las puntuaciones del grupo experimental en la escala de Rosenberg (escala que mide la autoestima) una vez implementada la dinámica.
- En tres ítems podemos ver diferencias entre los grupos, por lo que podemos asumir que la intervención ha tenido incidencia en estos aspectos.
- En cuanto a la escala de observación, se observa que no hay diferencias significativas, es cierto que las medias y los resultados no son tan importantes como para considerarse significativos, pero personalmente creo que si ha habido diferencias entre el pre y el post de ambos grupos, las actitudes de los participantes eran diferentes, había más participación en general, se hablaba más de lo normal y se mostraron abiertos expresando sus sentimientos y opiniones respecto al grupo en general y a los compañeros en particular.
- Considero que, pese a haber sido una única sesión, resultan efectivas este tipo de terapias. Hace que las personas que participan se sientan alegres, participativos y salgan contentos.

## 10. Limitaciones

A la hora de realizar el trabajo he encontrado una serie de limitaciones, las más destacadas serían las siguientes:

- Gran parte de la información sobre la enfermedad de Alzheimer se basa en describir dicha enfermedad y en aportar pautas a las personas cuidadoras.
- Muchos de los artículos encontrados son muy antiguos y falta revisión y actualización.
- Muchos de los artículos tenían acceso restringido, por lo que no he podido acceder a ellos.
- En cuanto a la muestra, se trata de un grupo muy pequeño y además solo he podido trabajar la dinámica en una única sesión.
- En relación con la dinámica trabajada, no he encontrado bibliografía para comparar con otros estudios, hay muchos dossieres y documentos en los que se habla de dinámicas para trabajar la autoestima, algunos similares, pero no he encontrado aplicabilidad.
- En cuanto a la escala de observación, la principal limitación que he encontrado es el hecho de que es la primera vez que realizo una escala como esta, por lo que la falta de experiencia ha podido dificultar la recogida de datos.

## 11. Citas bibliográficas

1. Acinas Julián, V. Estimulación cognitiva con enfermos de Alzheimer.
2. Barranco Quintana, J. L., Allam, M. F., Serrano del Castillo, A., & Fernández-Crehuet Navajas, R. (2005). Factores de riesgo de la enfermedad de Alzheimer. *Revista de Neurología*, 40(10), 613. <https://doi.org/10.33588/rn.4010.2004360>
3. Branden, Nathaniel, 1995, Los seis pilares de la autoestima, Barcelona: Paidós, ISBN: 978-84-493-0144-5, p. 21-22.
4. CEAFA 2016. Terapias no farmacológicas en las asociaciones de familiares de personas con Alzheimer: guías metodológicas de implantación.
5. *Demencia*. (2020, 21 septiembre). Demencia. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/dementia>
6. Donoso, Archibaldo. (2003). Alzheimer's disease. *Revista chilena de neuro-psiquiatría*, 41(Supl. 2), 13-22. <https://dx.doi.org/10.4067/S0717-92272003041200003>
7. Enfermería, M. R. Y. (2019, 15 septiembre). *Áreas cognitivas afectadas en la demencia tipo Alzheimer*. Ocronos - Editorial Científico-Técnica. <https://revistamedica.com/areas-cognitivas-demencia-tipo-alzheimer/#:%7E:text=La%20progresi%C3%B3n%20de%20la%20demencia,ofrecer%20la%20intervenci%C3%B3n%20m%C3%A1s%20id%C3%B3nea>.
8. *Ficha técnica del instrumento*. (s. f.). Ficha técnica del instrumento Rosenberg. Recuperado 2 de junio de 2021, de <https://bi.cibersam.es/busqueda-de-instrumentos/ficha?Id=206>
9. Fidel Romano, M., Nissen, M., Del Huerto Paredes, N., Alberto Parquet, C. ENFERMEDAD DE ALZHEIMER. *Revista de Posgrado de la VI a Cátedra de Medicina*. N° 175.
10. Garre-Olmo J. Epidemiología de la enfermedad de Alzheimer y otras demencias. *Rev Neurol* 2018; 66: 377-86.

11. Gómez-Angulo, C. & Campo-Arias, A. (2011). Escala de Yesavage para Depresión Geriátrica (GDS-15 y GDS-5): estudio de la consistencia interna y estructura factorial. *Universitas Psychologica*, 10 (3), 735-743.
12. *Inicio*. (s. f.). Alzheimer's Disease and Dementia. Recuperado de <https://www.alz.org/?lang=es-mx>
13. *La enfermedad de Alzheimer*. (s. f.). Alzheimer's Disease and Dementia. Recuperado de <https://www.alz.org/?lang=es-mx>
14. LA IMPORTANCIA DE LA ESTIMULACIÓN EMOCIONAL COMO TERAPIA, EN PERSONAS CON ALZHEIMER Y OTRAS DEMENCIAS. (s. f.). ESTIMULACIÓN COGNITIVA GLOBAL. Recuperado de <https://www.estimulacioncognitiva.info/2014/05/11/la-importancia-de-la-estimulaci%C3%B3n-emocional-como-terapia-en-personas-con-alzheimer-y-otras-demencias/#:%7E:text=La%20estimulaci%C3%B3n%20emocional%20consiste%20en,la%20b%C3%BAqueda%20de%20emociones%20positivas>.
15. Llibre Rodríguez, Juan de J., & Guerra Hernández, Milagros. (2002). Actualización sobre la enfermedad de Alzheimer. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 18(4), 264-269. Recuperado de [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0864-21252002000400007&lng=es&tlng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252002000400007&lng=es&tlng=es).
16. López Locanto, Óscar. (2015). Terapia farmacológica de la enfermedad de Alzheimer y otras demencias. *Archivos de Medicina Interna*, 37 (2), 61-67. Obtenido de [http://www.scielo.edu.uy.sabidi.urv.cat/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1688-423X2015000200003&lng=en&tlng=en](http://www.scielo.edu.uy.sabidi.urv.cat/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1688-423X2015000200003&lng=en&tlng=en).
17. Maragall, F. P. (s. f.). *Síntomas conductuales del Alzheimer*. Síntomas conductuales. Recuperado de <https://blog.fpmaragall.org/sintomas-conductuales-del-alzheimer>
18. Ministerio de sanidad, consumo y bienestar social (2019). Plan integral de Alzheimer y otras Demencias. Madrid.
19. NeuronUP. (2018, 8 agosto). *Funciones Cognitivas*. <https://www.neuronup.com/es/areas/functions>

20. OPS, 2013. Demencia: una prioridad de salud pública. Washington, DC. ISBN 978-92-75-31825-6.
21. Pérez Fuentes, M. D. C., Molero Jurado, M. D. M., Osorio Cámara, M. J., & Mercader Rubio, I. (2016). PROPUESTA DE INTERVENCIÓN COGNITIVA EN PERSONAS MAYORES: PROGRAMA DE ESTIMULACIÓN COGNITIVA E INTELIGENCIA EMOCIONAL PARA MAYORES. *International Journal of Developmental and Educational Psychology. Revista INFAD de Psicología.*, 1(1), 477. <https://doi.org/10.17060/ijodaep.2014.n1.v1.395>
22. Peña-Casanova, J. (1999). Enfermedad de Alzheimer: del diagnóstico a la terapia: conceptos y hechos. Barcelona: Fundación la Caixa.
23. Peña-Casanova, J. (1999). Las alteraciones psicológicas y del comportamiento en la Enfermedad de Alzheimer: Definición, descripción, guías de intervención y consejos. Barcelona: Fundación la Caixa.
24. *Tratamiento Farmacológico - Fundación Alzheimer España.* (s. f.). Tratamiento Farmacológico. Recuperado 2 de junio de 2021, de <http://www.alzfae.org/fundacion/149/tratamiento-farmacologico>
25. Vázquez, A.J., Vázquez-Morejón, R. y Bellido, G. Fiabilidad y validez de la Escala de Autoestima de Rosenberg, 2013. Vol. 31, número 1, págs. 37-43. ISSN 0213-3334.
26. World Health Organization. (2017, 25 mayo). *10 datos sobre el envejecimiento y la salud.* Organización Mundial de la Salud. <https://www.who.int/features/factfiles/ageing/es/>

# 12. Anexos

Participantes	Observaciones										
	Se muestra participativo/a	Mantiene el contacto ocular	Sonríe frecuentemente	Muestra interés por lo que los compañeros opinan de él/ella	Se muestra cómodo/a expresando sus opiniones	Mantiene una postura relajada	Se muestra contento/a	Respeto la opinión de los compañeros	Agradece las muestras de afecto de los compañeros		
1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
2	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
3	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
4	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
5	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
6	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
7	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
8	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
9	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
10	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
11	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
12	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
13	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
14	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
15	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
16	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
17	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
18	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
19	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
20	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3

grupo control

1: No.  
2: Ni sí, ni no.  
3: Sí.

(Pia)

Observaciones

Participantes	Observaciones										1: No. 2: Ni sí, ni no. 3: Sí.	Grupo Control		
	Se muestra participativo/a	Mantiene el contacto ocular	Sonríe frecuentemente	Muestra interés por lo que los compañeros opinan de él/ella	Se muestra cómodo/a expresando sus opiniones	Mantiene una postura relajada	Se muestra contento/a	Respeto la opinión de los compañeros	Agradece las muestras de afecto de los compañeros					
1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
2	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
3	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
4	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
5	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
6	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
7	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
8	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
9	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
10	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
11	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
12	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
13	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
14	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
15	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
16	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
17	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
18	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
19	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
20	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
21	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
22	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
23	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
24	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
25	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
26	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
27	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
28	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
29	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
30	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
31	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
32	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
33	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
34	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
35	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
36	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
37	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
38	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
39	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
40	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
41	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
42	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
43	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
44	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
45	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
46	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
47	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
48	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
49	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
50	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3

(Post) Observaciones

1: No.  
2: Ni sí, ni no.  
3: Sí.

Grupo Control

grupo control

grupo control (1)

U

## Test Yesavage (Pre)

- 1- ¿Está básicamente satisfecho con su vida?  SÍ  NO
- 2- ¿Ha dejado abandonadas muchas actividades e intereses?  SÍ  NO
- 3- ¿Siente que su vida está vacía?  SÍ  NO
- 4- ¿Se siente a menudo aburrido?  SÍ  NO
- 5- ¿Está de buen talante la mayor parte del tiempo?  SÍ  NO
- 6- ¿Tiene miedo de que le suceda algo malo?  SÍ  NO
- 7- ¿Se siente feliz la mayor parte del tiempo?  SÍ  NO
- 8- ¿Se siente a menudo sin esperanza?  SÍ  NO
- 9- ¿Prefiere quedarse en casa más que salir a hacer cosas nuevas?  SÍ  NO
- 10- ¿Piensa que tiene más problemas de memoria que la mayoría?  SÍ  NO
- 11- ¿Cree que es maravilloso estar vivo?  SÍ  NO
- 12- ¿Piensa que no vale para nada tal como está ahora?  SÍ  NO
- 13- ¿Piensa que su situación es desesperada?  SÍ  NO
- 14- ¿Se siente lleno de energía?  SÍ  NO
- 15- ¿Cree que la mayoría de la gente está mejor que usted?  SÍ  NO

Grupo Control (Post)

①

## Test Yesavage

- 1- ¿Está básicamente satisfecho con su vida?  SÍ  NO
- 2- ¿Ha dejado abandonadas muchas actividades e intereses?  SÍ  NO
- 3- ¿Siente que su vida está vacía?  SÍ  NO
- 4- ¿Se siente a menudo aburrido?  SÍ  NO
- 5- ¿Está de buen talante la mayor parte del tiempo?  SÍ  NO
- 6- ¿Tiene miedo de que le suceda algo malo?  SÍ  NO
- 7- ¿Se siente feliz la mayor parte del tiempo?  SÍ  NO
- 8- ¿Se siente a menudo sin esperanza?  SÍ  NO
- 9- ¿Prefiere quedarse en casa más que salir a hacer cosas nuevas?  SÍ  NO
- 10- ¿Piensa que tiene más problemas de memoria que la mayoría?  SÍ  NO
- 11- ¿Cree que es maravilloso estar vivo?  SÍ  NO
- 12- ¿Piensa que no vale para nada tal como está ahora?  SÍ  NO
- 13- ¿Piensa que su situación es desesperada?  SÍ  NO
- 14- ¿Se siente lleno de energía?  SÍ  NO
- 15- ¿Cree que la mayoría de la gente está mejor que usted?  SÍ  NO

Grupo control

### ESCALA DE AUTOESTIMA DE ROSEMBERG (Dxx)

Este test tiene por objeto evaluar el sentimiento de satisfacción que la persona tiene de sí misma. Por favor, conteste las siguientes frases con la respuesta que considere más apropiada.

- A. Muy de acuerdo
- B. De acuerdo
- C. En desacuerdo
- D. Muy en desacuerdo

	A	B	C	D
1. Siento que soy una persona digna de aprecio, al menos en igual medida que los demás.		X		
2. Estoy convencido de que tengo cualidades buenas.	X			
3. Soy capaz de hacer las cosas tan bien como la mayoría de la gente.			X	
4. Tengo una actitud positiva hacia mí mismo/a.		X		
5. En general estoy satisfecho/a de mí mismo/a.		X		
6. Siento que no tengo mucho de lo que estar orgulloso/a.			X	
7. En general, me inclino a pensar que soy un fracasado/a.				X
8. Me gustaría poder sentir más respeto por mí mismo.			X	
9. Hay veces que realmente pienso que soy un inútil.			X	
10. A veces creo que no soy buena persona.		X		

### ESCALA DE AUTOESTIMA DE ROSEMBERG (Rosa)

Este test tiene por objeto evaluar el sentimiento de satisfacción que la persona tiene de si misma. Por favor, conteste las siguientes frases con la respuesta que considere más apropiada.

- A. Muy de acuerdo
- B. De acuerdo
- C. En desacuerdo
- D. Muy en desacuerdo

	A	B	C	D
1. Siento que soy una persona digna de aprecio, al menos en igual medida que los demás.		X		
2. Estoy convencido de que tengo cualidades buenas.		X		
3. Soy capaz de hacer las cosas tan bien como la mayoría de la gente.		X		
4. Tengo una actitud positiva hacia mi mismo/a.		X		
5. En general estoy satisfecho/a de mi mismo/a.		X		
6. Siento que no tengo mucho de lo que estar orgulloso/a.			X	
7. En general, me inclino a pensar que soy un fracasado/a.				X
8. Me gustaría poder sentir más respeto por mi mismo.		X		
9. Hay veces que realmente pienso que soy un inútil.		X		
10. A veces creo que no soy buena persona.		X		

Grupo control

(2)

## Test Yesavage (Pca)

- 1- ¿Está básicamente satisfecho con su vida?  SÍ  NO
- 2- ¿Ha dejado abandonadas muchas actividades e intereses?  SÍ  NO
- 3- ¿Siente que su vida está vacía?  SÍ  NO
- 4- ¿Se siente a menudo aburrido?  SÍ  NO
- 5- ¿Está de buen talante la mayor parte del tiempo?  SÍ  NO
- 6- ¿Tiene miedo de que le suceda algo malo?  SÍ  NO
- 7- ¿Se siente feliz la mayor parte del tiempo?  SÍ  NO
- 8- ¿Se siente a menudo sin esperanza?  SÍ  NO
- 9- ¿Prefiere quedarse en casa más que salir a hacer cosas nuevas?  SÍ  NO
- 10- ¿Piensa que tiene más problemas de memoria que la mayoría?  SÍ  NO
- 11- ¿Cree que es maravilloso estar vivo?  SÍ  NO
- 12- ¿Piensa que no vale para nada tal como está ahora?  SÍ  NO
- 13- ¿Piensa que su situación es desesperada?  SÍ  NO
- 14- ¿Se siente lleno de energía?  SÍ  NO
- 15- ¿Cree que la mayoría de la gente está mejor que usted?  SÍ  NO

Grupo control

②

## Test Yesavage (Post)

- 1- ¿Está básicamente satisfecho con su vida?  SÍ  NO
- 2- ¿Ha dejado abandonadas muchas actividades e intereses?  SÍ  NO
- 3- ¿Siente que su vida está vacía?  SÍ  NO
- 4- ¿Se siente a menudo aburrido?  SÍ  NO
- 5- ¿Está de buen talante la mayor parte del tiempo?  SÍ  NO
- 6- ¿Tiene miedo de que le suceda algo malo?  SÍ  NO
- 7- ¿Se siente feliz la mayor parte del tiempo?  SÍ  NO
- 8- ¿Se siente a menudo sin esperanza?  SÍ  NO
- 9- ¿Prefiere quedarse en casa más que salir a hacer cosas nuevas?  SÍ  NO
- 10- ¿Piensa que tiene más problemas de memoria que la mayoría?  SÍ  NO
- 11- ¿Cree que es maravilloso estar vivo?  SÍ  NO
- 12- ¿Piensa que no vale para nada tal como está ahora?  SÍ  NO
- 13- ¿Piensa que su situación es desesperada?  SÍ  NO
- 14- ¿Se siente lleno de energía?  SÍ  NO
- 15- ¿Cree que la mayoría de la gente está mejor que usted?  SÍ  NO

Grupo Control

(2)

### ESCALA DE AUTOESTIMA DE ROSEMBERG (Pre)

Este test tiene por objeto evaluar el sentimiento de satisfacción que la persona tiene de si misma. Por favor, conteste las siguientes frases con la respuesta que considere más apropiada.

- A. Muy de acuerdo
- B. De acuerdo
- C. En desacuerdo
- D. Muy en desacuerdo

	A	B	C	D
1. Siento que soy una persona digna de aprecio, al menos en igual medida que los demás.		X		
2. Estoy convencido de que tengo cualidades buenas.		X		
3. Soy capaz de hacer las cosas tan bien como la mayoría de la gente.		X		
4. Tengo una actitud positiva hacia mí mismo/a.		X		
5. En general estoy satisfecho/a de mí mismo/a.		X		
6. Siento que no tengo mucho de lo que estar orgulloso/a.			X	
7. En general, me inclino a pensar que soy un fracasado/a.			X	
8. Me gustaría poder sentir más respeto por mí mismo.			X	
9. Hay veces que realmente pienso que soy un inútil.			X	
10. A veces creo que no soy buena persona.			X	

Grupo control

(2)

### ESCALA DE AUTOESTIMA DE ROSEMBERG (Post)

Este test tiene por objeto evaluar el sentimiento de satisfacción que la persona tiene de sí misma. Por favor, conteste las siguientes frases con la respuesta que considere más apropiada.

- A. Muy de acuerdo
- B. De acuerdo
- C. En desacuerdo
- D. Muy en desacuerdo

	A	B	C	D
1. Siento que soy una persona digna de aprecio, al menos en igual medida que los demás.		X		
2. Estoy convencido de que tengo cualidades buenas.		X		
3. Soy capaz de hacer las cosas tan bien como la mayoría de la gente.		X		
4. Tengo una actitud positiva hacia mí mismo/a.		X		
5. En general estoy satisfecho/a de mí mismo/a.		X		
6. Siento que no tengo mucho de lo que estar orgulloso/a.			X	
7. En general, me inclino a pensar que soy un fracasado/a.			X	
8. Me gustaría poder sentir más respeto por mí mismo.			X	
9. Hay veces que realmente pienso que soy un inútil.				X
10. A veces creo que no soy buena persona.			X	

grupo control

(3)

## Test Yesavage (Pxx)

- 1- *¿Está básicamente satisfecho con su vida?*      Sí  NO
- 2- *¿Ha dejado abandonadas muchas actividades e intereses?*       Sí  NO
- 3- *¿Siente que su vida está vacía?*      Sí  NO
- 4- *¿Se siente a menudo aburrido?*      Sí  NO
- 5- *¿Está de buen talante la mayor parte del tiempo?*       Sí  NO
- 6- *¿Tiene miedo de que le suceda algo malo?*      Sí  NO
- 7- *¿Se siente feliz la mayor parte del tiempo?*       Sí  NO
- 8- *¿Se siente a menudo sin esperanza?*      Sí  NO
- 9- *¿Prefiere quedarse en casa más que salir a hacer cosas nuevas?*      Sí  NO
- 10- *¿Piensa que tiene más problemas de memoria que la mayoría?*       Sí  NO
- 11- *¿Cree que es maravilloso estar vivo?*      Sí  NO
- 12- *¿Piensa que no vale para nada tal como está ahora?*      Sí  NO
- 13- *¿Piensa que su situación es desesperada?*      Sí  NO
- 14- *¿Se siente lleno de energía?*      Sí  NO
- 15- *¿Cree que la mayoría de la gente está mejor que usted?*      Sí  NO

Cupo control

3

## Test Yesavage (Post)

- 1- ¿Está básicamente satisfecho con su vida?  Sí  NO
- 2- ¿Ha dejado abandonadas muchas actividades e intereses?  SÍ  NO
- 3- ¿Siente que su vida está vacía?  SÍ  NO
- 4- ¿Se siente a menudo aburrido?  SÍ  NO
- 5- ¿Está de buen talante la mayor parte del tiempo?  SÍ  NO
- 6- ¿Tiene miedo de que le suceda algo malo?  SÍ  NO
- 7- ¿Se siente feliz la mayor parte del tiempo?  SÍ  NO
- 8- ¿Se siente a menudo sin esperanza?  SÍ  NO
- 9- ¿Prefiere quedarse en casa más que salir a hacer cosas nuevas?  SÍ  NO
- 10- ¿Piensa que tiene más problemas de memoria que la mayoría?  SÍ  NO
- 11- ¿Cree que es maravilloso estar vivo?  SÍ  NO
- 12- ¿Piensa que no vale para nada tal como está ahora?  SÍ  NO
- 13- ¿Piensa que su situación es desesperada?  SÍ  NO
- 14- ¿Se siente lleno de energía?  SÍ  NO
- 15- ¿Cree que la mayoría de la gente está mejor que usted?  SÍ  NO

grupo control

### ESCALA DE AUTOESTIMA DE ROSEMBERG (Pre)

Este test tiene por objeto evaluar el sentimiento de satisfacción que la persona tiene de si misma. Por favor, conteste las siguientes frases con la respuesta que considere más apropiada.

- A. Muy de acuerdo
- B. De acuerdo
- C. En desacuerdo
- D. Muy en desacuerdo

	A	B	C	D
1. Siento que soy una persona digna de aprecio, al menos en igual medida que los demás.		X		
2. Estoy convencido de que tengo cualidades buenas.	X			
3. Soy capaz de hacer las cosas tan bien como la mayoría de la gente.			X	
4. Tengo una actitud positiva hacia mi mismo/a.		X		
5. En general estoy satisfecho/a de mi mismo/a.		X		
6. Siento que no tengo mucho de lo que estar orgulloso/a.			X	
X 7. En general, me inclino a pensar que soy un fracasado/a.				X
8. Me gustaría poder sentir más respeto por mi mismo.		X		
X 9. Hay veces que realmente pienso que soy un inútil.			X	
10. A veces creo que no soy buena persona.			X	

Grupo control

(3)

### ESCALA DE AUTOESTIMA DE ROSEMBERG (Post)

Este test tiene por objeto evaluar el sentimiento de satisfacción que la persona tiene de si misma. Por favor, conteste las siguientes frases con la respuesta que considere más apropiada.

- A. Muy de acuerdo
- B. De acuerdo
- C. En desacuerdo
- D. Muy en desacuerdo

	A	B	C	D
1. Siento que soy una persona digna de aprecio, al menos en igual medida que los demás.		X		
2. Estoy convencido de que tengo cualidades buenas.		X		
3. Soy capaz de hacer las cosas tan bien como la mayoría de la gente.			X	
4. Tengo una actitud positiva hacia mí mismo/a.		X		
5. En general estoy satisfecho/a de mí mismo/a.		X		
6. Siento que no tengo mucho de lo que estar orgulloso/a.			X	
X 7. En general, me inclino a pensar que soy un fracasado/a.				X
8. Me gustaría poder sentir más respeto por mí mismo.		X		
9. Hay veces que realmente pienso que soy un inútil.				X
10. A veces creo que no soy buena persona.			X	

Grupo Control

4

## Test Yesavage (Pre)

- 1- ¿Está básicamente satisfecho con su vida?  SÍ  NO
- 2- ¿Ha dejado abandonadas muchas actividades e intereses?  SÍ  NO
- 3- ¿Siente que su vida está vacía?  SÍ  NO
- 4- ¿Se siente a menudo aburrido?  SÍ  NO
- 5- ¿Está de buen talante la mayor parte del tiempo?  SÍ  NO
- 6- ¿Tiene miedo de que le suceda algo malo?  SÍ  NO
- 7- ¿Se siente feliz la mayor parte del tiempo?  SÍ  NO
- 8- ¿Se siente a menudo sin esperanza?  SÍ  NO
- 9- ¿Prefiere quedarse en casa más que salir a hacer cosas nuevas?  SÍ  NO
- 10- ¿Piensa que tiene más problemas de memoria que la mayoría?  SÍ  NO
- 11- ¿Cree que es maravilloso estar vivo?  SÍ  NO
- 12- ¿Piensa que no vale para nada tal como está ahora?  SÍ  NO
- 13- ¿Piensa que su situación es desesperada?  SÍ  NO
- 14- ¿Se siente lleno de energía?  SÍ  NO
- 15- ¿Cree que la mayoría de la gente está mejor que usted?  SÍ  NO

Grupo control

(4)

## Test Yesavage (Post)

- 1- ¿Está básicamente satisfecho con su vida?  SÍ  NO
- 2- ¿Ha dejado abandonadas muchas actividades e intereses?  SÍ  NO
- 3- ¿Siente que su vida está vacía?  SÍ  NO
- 4- ¿Se siente a menudo aburrido?  SÍ  NO
- 5- ¿Está de buen talante la mayor parte del tiempo?  SÍ  NO
- 6- ¿Tiene miedo de que le suceda algo malo?  SÍ  NO
- 7- ¿Se siente feliz la mayor parte del tiempo?  SÍ  NO
- 8- ¿Se siente a menudo sin esperanza?  SÍ  NO
- 9- ¿Prefiere quedarse en casa más que salir a hacer cosas nuevas?  SÍ  NO
- 10- ¿Piensa que tiene más problemas de memoria que la mayoría?  SÍ  NO
- 11- ¿Cree que es maravilloso estar vivo?  SÍ  NO
- 12- ¿Piensa que no vale para nada tal como está ahora?  SÍ  NO
- 13- ¿Piensa que su situación es desesperada?  SÍ  NO
- 14- ¿Se siente lleno de energía?  SÍ  NO
- 15- ¿Cree que la mayoría de la gente está mejor que usted?  SÍ  NO

Grupos Control

④

### ESCALA DE AUTOESTIMA DE ROSEMBERG (Pce)

Este test tiene por objeto evaluar el sentimiento de satisfacción que la persona tiene de si misma. Por favor, conteste las siguientes frases con la respuesta que considere más apropiada.

- A. Muy de acuerdo
- B. De acuerdo
- C. En desacuerdo
- D. Muy en desacuerdo

	A	B	C	D
1. Siento que soy una persona digna de aprecio, al menos en igual medida que los demás.		X		
2. Estoy convencido de que tengo cualidades buenas.		X		
3. Soy capaz de hacer las cosas tan bien como la mayoría de la gente.		X		
4. Tengo una actitud positiva hacia mi mismo/a.		X		
5. En general estoy satisfecho/a de mi mismo/a.		X		
6. Siento que no tengo mucho de lo que estar orgulloso/a.			X	
7. En general, me inclino a pensar que soy un fracasado/a.			X	
8. Me gustaría poder sentir más respeto por mi mismo.			X	
9. Hay veces que realmente pienso que soy un inútil.				X
10. A veces creo que no soy buena persona.				X

Grupo Control

Grupo Control (9)

### ESCALA DE AUTOESTIMA DE ROSEMBERG (Ross)

Este test tiene por objeto evaluar el sentimiento de satisfacción que la persona tiene de si misma. Por favor, conteste las siguientes frases con la respuesta que considere más apropiada.

- A. Muy de acuerdo
- B. De acuerdo
- C. En desacuerdo
- D. Muy en desacuerdo

	A	B	C	D
1. Siento que soy una persona digna de aprecio, al menos en igual medida que los demás.		X		
2. Estoy convencido de que tengo cualidades buenas.		X		
3. Soy capaz de hacer las cosas tan bien como la mayoría de la gente.		X		
4. Tengo una actitud positiva hacia mí mismo/a.		X		
5. En general estoy satisfecho/a de mí mismo/a.		X		
6. Siento que no tengo mucho de lo que estar orgulloso/a.			X	
7. En general, me inclino a pensar que soy un fracasado/a.			X	
8. Me gustaría poder sentir más respeto por mí mismo.			X	
9. Hay veces que realmente pienso que soy un inútil.			X	
10. A veces creo que no soy buena persona.			X	

Grupo control

(5)

## Test Yesavage (Pre)

- 1- ¿Está básicamente satisfecho con su vida?  SÍ  NO
- 2- ¿Ha dejado abandonadas muchas actividades e intereses?  SÍ  NO
- 3- ¿Siente que su vida está vacía?  SÍ  NO
- 4- ¿Se siente a menudo aburrido?  SÍ  NO
- 5- ¿Está de buen talante la mayor parte del tiempo?  SÍ  NO
- 6- ¿Tiene miedo de que le suceda algo malo?  SÍ  NO
- 7- ¿Se siente feliz la mayor parte del tiempo?  SÍ  NO
- 8- ¿Se siente a menudo sin esperanza?  SÍ  NO
- 9- ¿Prefiere quedarse en casa más que salir a hacer cosas nuevas?  SÍ  NO
- 10- ¿Piensa que tiene más problemas de memoria que la mayoría?  SÍ  NO
- 11- ¿Cree que es maravilloso estar vivo?  SÍ  NO
- 12- ¿Piensa que no vale para nada tal como está ahora?  SÍ  NO
- 13- ¿Piensa que su situación es desesperada?  SÍ  NO
- 14- ¿Se siente lleno de energía?  SÍ  NO
- 15- ¿Cree que la mayoría de la gente está mejor que usted?  SÍ  NO

Grupo control

5

## Test Yesavage (Post)

- 1- *¿Está básicamente satisfecho con su vida?*  SÍ  NO
- 2- *¿Ha dejado abandonadas muchas actividades e intereses?*  SÍ  NO
- 3- *¿Siente que su vida está vacía?*  SÍ  NO
- 4- *¿Se siente a menudo aburrido?*  SÍ  NO
- 5- *¿Está de buen talante la mayor parte del tiempo?*  SÍ  NO
- 6- *¿Tiene miedo de que le suceda algo malo?*  SÍ  NO
- 7- *¿Se siente feliz la mayor parte del tiempo?*  SÍ  NO
- 8- *¿Se siente a menudo sin esperanza?*  SÍ  NO
- 9- *¿Prefiere quedarse en casa más que salir a hacer cosas nuevas?*  SÍ  NO
- 10- *¿Piensa que tiene más problemas de memoria que la mayoría?*  SÍ  NO
- 11- *¿Cree que es maravilloso estar vivo?*  SÍ  NO
- 12- *¿Piensa que no vale para nada tal como está ahora?*  SÍ  NO
- 13- *¿Piensa que su situación es desesperada?*  SÍ  NO
- 14- *¿Se siente lleno de energía?*  SÍ  NO
- 15- *¿Cree que la mayoría de la gente está mejor que usted?*  SÍ  NO

Grupo control

Escala de autoestima de Rosenberg (5)

## ESCALA DE AUTOESTIMA DE ROSEMBERG (Pxe)

Este test tiene por objeto evaluar el sentimiento de satisfacción que la persona tiene de si misma. Por favor, conteste las siguientes frases con la respuesta que considere más apropiada.

- A. Muy de acuerdo
- B. De acuerdo
- C. En desacuerdo
- D. Muy en desacuerdo

	A	B	C	D
1. Siento que soy una persona digna de aprecio, al menos en igual medida que los demás.		X		
2. Estoy convencido de que tengo cualidades buenas.		X		
3. Soy capaz de hacer las cosas tan bien como la mayoría de la gente.		X		
4. Tengo una actitud positiva hacia mí mismo/a.		X		
5. En general estoy satisfecho/a de mí mismo/a.		X		
6. Siento que no tengo mucho de lo que estar orgulloso/a.			X	
7. En general, me inclino a pensar que soy un fracasado/a.			X	
8. Me gustaría poder sentir más respeto por mí mismo.			X	
9. Hay veces que realmente pienso que soy un inútil.		X		
10. A veces creo que no soy buena persona.			X	

Grupo control

Escala de autoestima (5)

### ESCALA DE AUTOESTIMA DE ROSEMBERG (Post)

Este test tiene por objeto evaluar el sentimiento de satisfacción que la persona tiene de si misma. Por favor, conteste las siguientes frases con la respuesta que considere más apropiada.

- A. Muy de acuerdo
- B. De acuerdo
- C. En desacuerdo
- D. Muy en desacuerdo

	A	B	C	D
1. Siento que soy una persona digna de aprecio, al menos en igual medida que los demás.		X		
2. Estoy convencido de que tengo cualidades buenas.		X		
3. Soy capaz de hacer las cosas tan bien como la mayoría de la gente.		X		
4. Tengo una actitud positiva hacia mi mismo/a.		X		
5. En general estoy satisfecho/a de mi mismo/a.		X		
6. Siento que no tengo mucho de lo que estar orgulloso/a.			X	
7. En general, me inclino a pensar que soy un fracasado/a.			X	
8. Me gustaría poder sentir más respeto por mi mismo.			X	
9. Hay veces que realmente pienso que soy un inútil.			X	
10. A veces creo que no soy buena persona.			X	

Grupo Control

(6)

## Test Yesavage (Pxx)

- 1- *¿Está básicamente satisfecho con su vida?*  SÍ  NO
- 2- *¿Ha dejado abandonadas muchas actividades e intereses?*  SÍ  NO
- 3- *¿Siente que su vida está vacía?*  SÍ  NO
- 4- *¿Se siente a menudo aburrido?*  SÍ  NO
- 5- *¿Está de buen talante la mayor parte del tiempo?*  SÍ  NO
- 6- *¿Tiene miedo de que le suceda algo malo?*  SÍ  NO
- 7- *¿Se siente feliz la mayor parte del tiempo?*  SÍ  NO
- 8- *¿Se siente a menudo sin esperanza?*  SÍ  NO
- 9- *¿Prefiere quedarse en casa más que salir a hacer cosas nuevas?*  SÍ  NO
- 10- *¿Piensa que tiene más problemas de memoria que la mayoría?*  SÍ  NO
- 11- *¿Cree que es maravilloso estar vivo?*  SÍ  NO
- 12- *¿Piensa que no vale para nada tal como está ahora?*  SÍ  NO
- 13- *¿Piensa que su situación es desesperada?*  SÍ  NO
- 14- *¿Se siente lleno de energía?*  SÍ  NO
- 15- *¿Cree que la mayoría de la gente está mejor que usted?*  SÍ  NO

Grupo Control

65

## Test Yesavage (Post)

- |   |  |
|---|--|
| 1- ¿Está básicamente satisfecho con su vida?                      | <input type="radio"/> SÍ <input checked="" type="radio"/> NO |
| 2- ¿Ha dejado abandonadas muchas actividades e intereses?         | <input type="radio"/> SÍ <input checked="" type="radio"/> NO |
| 3- ¿Siente que su vida está vacía?                                | <input type="radio"/> SÍ <input checked="" type="radio"/> NO |
| 4- ¿Se siente a menudo aburrido?                                  | <input type="radio"/> SÍ <input checked="" type="radio"/> NO |
| 5- ¿Está de buen talante la mayor parte del tiempo?               | <input checked="" type="radio"/> SÍ <input type="radio"/> NO |
| 6- ¿Tiene miedo de que le suceda algo malo?                       | <input type="radio"/> SÍ <input checked="" type="radio"/> NO |
| 7- ¿Se siente feliz la mayor parte del tiempo?                    | <input checked="" type="radio"/> SÍ <input type="radio"/> NO |
| 8- ¿Se siente a menudo sin esperanza?                             | <input type="radio"/> SÍ <input checked="" type="radio"/> NO |
| 9- ¿Prefiere quedarse en casa más que salir a hacer cosas nuevas? | <input type="radio"/> SÍ <input checked="" type="radio"/> NO |
| 10- ¿Piensa que tiene más problemas de memoria que la mayoría?    | <input type="radio"/> SÍ <input checked="" type="radio"/> NO |
| 11- ¿Cree que es maravilloso estar vivo?                          | <input checked="" type="radio"/> SÍ <input type="radio"/> NO |
| 12- ¿Piensa que no vale para nada tal como está ahora?            | <input type="radio"/> SÍ <input checked="" type="radio"/> NO |
| 13- ¿Piensa que su situación es desesperada?                      | <input type="radio"/> SÍ <input checked="" type="radio"/> NO |
| 14- ¿Se siente lleno de energía?                                  | <input checked="" type="radio"/> SÍ <input type="radio"/> NO |
| 15- ¿Cree que la mayoría de la gente está mejor que usted?        | <input type="radio"/> SÍ <input checked="" type="radio"/> NO |

Grupo Control

6

### ESCALA DE AUTOESTIMA DE ROSEMBERG (Pee)

Este test tiene por objeto evaluar el sentimiento de satisfacción que la persona tiene de si misma. Por favor, conteste las siguientes frases con la respuesta que considere más apropiada.

- A. Muy de acuerdo
- B. De acuerdo
- C. En desacuerdo
- D. Muy en desacuerdo

	A	B	C	D
1. Siento que soy una persona digna de aprecio, al menos en igual medida que los demás.		X		
2. Estoy convencido de que tengo cualidades buenas.		X		
3. Soy capaz de hacer las cosas tan bien como la mayoría de la gente.		X		
4. Tengo una actitud positiva hacia mi mismo/a.		X		
5. En general estoy satisfecho/a de mi mismo/a.		X		
6. Siento que no tengo mucho de lo que estar orgulloso/a.			X	
7. En general, me inclino a pensar que soy un fracasado/a.				X
8. Me gustaría poder sentir más respeto por mi mismo.			X	
9. Hay veces que realmente pienso que soy un inútil.			X	
10. A veces creo que no soy buena persona.			X	

Grupo control

6

### ESCALA DE AUTOESTIMA DE ROSEMBERG (Rost)

Este test tiene por objeto evaluar el sentimiento de satisfacción que la persona tiene de sí misma. Por favor, conteste las siguientes frases con la respuesta que considere más apropiada.

- A. Muy de acuerdo
- B. De acuerdo
- C. En desacuerdo
- D. Muy en desacuerdo

	A	B	C	D
1. Siento que soy una persona digna de aprecio, al menos en igual medida que los demás.		X		
2. Estoy convencido de que tengo cualidades buenas.		X		
3. Soy capaz de hacer las cosas tan bien como la mayoría de la gente.		X		
4. Tengo una actitud positiva hacia mi mismo/a.		X		
5. En general estoy satisfecho/a de mi mismo/a.		X		
6. Siento que no tengo mucho de lo que estar orgulloso/a.				X
7. En general, me inclino a pensar que soy un fracasado/a.				X
8. Me gustaría poder sentir más respeto por mi mismo.		X		
9. Hay veces que realmente pienso que soy un inútil.			X	
10. A veces creo que no soy buena persona.			X	

Grupo control

(7)

## Test Yesavage (Pre)

- 1- ¿Está básicamente satisfecho con su vida?  SÍ  NO
- 2- ¿Ha dejado abandonadas muchas actividades e intereses?  SÍ  NO
- 3- ¿Siente que su vida está vacía?  SÍ  NO
- 4- ¿Se siente a menudo aburrido?  SÍ  NO
- 5- ¿Está de buen talante la mayor parte del tiempo?  SÍ  NO
- 6- ¿Tiene miedo de que le suceda algo malo?  SÍ  NO
- 7- ¿Se siente feliz la mayor parte del tiempo?  SÍ  NO
- 8- ¿Se siente a menudo sin esperanza?  SÍ  NO
- 9- ¿Prefiere quedarse en casa más que salir a hacer cosas nuevas?  SÍ  NO
- 10- ¿Piensa que tiene más problemas de memoria que la mayoría?  SÍ  NO
- 11- ¿Cree que es maravilloso estar vivo?  SÍ  NO
- 12- ¿Piensa que no vale para nada tal como está ahora?  SÍ  NO
- 13- ¿Piensa que su situación es desesperada?  SÍ  NO
- 14- ¿Se siente lleno de energía?  SÍ  NO
- 15- ¿Cree que la mayoría de la gente está mejor que usted?  SÍ  NO

Grupo control

⑦

## Test Yesavage (Post)

- 1- ¿Está básicamente satisfecho con su vida?  SÍ  NO
- 2- ¿Ha dejado abandonadas muchas actividades e intereses?  SÍ  NO
- 3- ¿Siente que su vida está vacía?  SÍ  NO
- 4- ¿Se siente a menudo aburrido?  SÍ  NO
- 5- ¿Está de buen talante la mayor parte del tiempo?  SÍ  NO
- 6- ¿Tiene miedo de que le suceda algo malo?  SÍ  NO
- 7- ¿Se siente feliz la mayor parte del tiempo?  SÍ  NO
- 8- ¿Se siente a menudo sin esperanza?  SÍ  NO
- 9- ¿Prefiere quedarse en casa más que salir a hacer cosas nuevas?  SÍ  NO
- 10- ¿Piensa que tiene más problemas de memoria que la mayoría?  SÍ  NO
- 11- ¿Cree que es maravilloso estar vivo?  SÍ  NO
- 12- ¿Piensa que no vale para nada tal como está ahora?  SÍ  NO
- 13- ¿Piensa que su situación es desesperada?  SÍ  NO
- 14- ¿Se siente lleno de energía?  SÍ  NO
- 15- ¿Cree que la mayoría de la gente está mejor que usted?  SÍ  NO

Grupo control

(7)

### ESCALA DE AUTOESTIMA DE ROSEMBERG (Pxx)

Este test tiene por objeto evaluar el sentimiento de satisfacción que la persona tiene de si misma. Por favor, conteste las siguientes frases con la respuesta que considere más apropiada.

- A. Muy de acuerdo
- B. De acuerdo
- C. En desacuerdo
- D. Muy en desacuerdo

	A	B	C	D
1. Siento que soy una persona digna de aprecio, al menos en igual medida que los demás.	X			
2. Estoy convencido de que tengo cualidades buenas.		X		
3. Soy capaz de hacer las cosas tan bien como la mayoría de la gente.	X			
4. Tengo una actitud positiva hacia mi mismo/a.			X	
5. En general estoy satisfecho/a de mi mismo/a.		X		
6. Siento que no tengo mucho de lo que estar orgulloso/a.				X
7. En general, me inclino a pensar que soy un fracasado/a.			X	
8. Me gustaría poder sentir más respeto por mi mismo.		X		
9. Hay veces que realmente pienso que soy un inútil.			X	
10. A veces creo que no soy buena persona.				X

Ocupo control

(7)

### ESCALA DE AUTOESTIMA DE ROSEMBERG (Post)

Este test tiene por objeto evaluar el sentimiento de satisfacción que la persona tiene de si misma. Por favor, conteste las siguientes frases con la respuesta que considere más apropiada.

- A. Muy de acuerdo
- B. De acuerdo
- C. En desacuerdo
- D. Muy en desacuerdo

	A	B	C	D
1. Siento que soy una persona digna de aprecio, al menos en igual medida que los demás.		X		
2. Estoy convencido de que tengo cualidades buenas.	X			
3. Soy capaz de hacer las cosas tan bien como la mayoría de la gente.	X			
4. Tengo una actitud positiva hacia mí mismo/a.		X		
5. En general estoy satisfecho/a de mí mismo/a.		X		
6. Siento que no tengo mucho de lo que estar orgulloso/a.			X	
7. En general, me inclino a pensar que soy un fracasado/a.			X	
8. Me gustaría poder sentir más respeto por mí mismo.		X		
9. Hay veces que realmente pienso que soy un inútil.				X
10. A veces creo que no soy buena persona.				X

		Observaciones										Grupo Experiment		
		(Pte.)												
		1: No. 2: Ni sí, ni no. 3: Sí.												
Participantes	Se muestra participativo/a	Mantiene el contacto ocular	Sonríe frecuentemente	Muestra interés que los compañeros opinan de él/ella	Se muestra cómodo/a expresando sus opiniones	Mantiene una postura relajada	Se muestra contento/a	Respeto la opinión de los compañeros	Agradece las muestras de afecto de los compañeros					
1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
2	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
3	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
4	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
5	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
6	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
7	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
8	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
9	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
10	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
11	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
12	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
13	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
14	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
15	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
16	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
17	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
18	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
19	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
20	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3

Participantes	Observaciones										Grupo Experimental			
	Se muestra participativo/a	Mantiene el contacto ocular	Sonríe frecuentemente	Muestra interés por lo que los compañeros opinan de él/ella	Se muestra cómodo/a expresando sus opiniones	Mantiene una postura relajada	Se muestra contento/a	Respeto la opinión de los compañeros	Agradece las muestras de afecto de los compañeros	1: No.	2: Ni sí, ni no.	3: Sí.		
1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
2	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
3	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
4	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
5	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
6	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
7	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
8	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
9	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
10	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3



### Test Yesavage (Pw)

- 1- *¿Está básicamente satisfecho con su vida?*  SÍ  NO
- 2- *¿Ha dejado abandonadas muchas actividades e intereses?*  SÍ  NO
- 3- *¿Siente que su vida está vacía?*  SÍ  NO
- 4- *¿Se siente a menudo aburrido?*  SÍ  NO
- 5- *¿Está de buen talante la mayor parte del tiempo?*  SÍ  NO
- 6- *¿Tiene miedo de que le suceda algo malo?*  SÍ  NO
- 7- *¿Se siente feliz la mayor parte del tiempo?*  SÍ  NO
- 8- *¿Se siente a menudo sin esperanza?*  SÍ  NO
- 9- *¿Prefiere quedarse en casa más que salir a hacer cosas nuevas?*  SÍ  NO
- 10- *¿Piensa que tiene más problemas de memoria que la mayoría?*  SÍ  NO
- 11- *¿Cree que es maravilloso estar vivo?*  SÍ  NO
- 12- *¿Piensa que no vale para nada tal como está ahora?*  SÍ  NO
- 13- *¿Piensa que su situación es desesperada?*  SÍ  NO
- 14- *¿Se siente lleno de energía?*  SÍ  NO
- 15- *¿Cree que la mayoría de la gente está mejor que usted?*  SÍ  NO

## Test Yesavage (Post)

- 1- ¿Está básicamente satisfecho con su vida?  SÍ  NO
- 2- ¿Ha dejado abandonadas muchas actividades e intereses?  SÍ  NO
- 3- ¿Siente que su vida está vacía?  SÍ  NO
- 4- ¿Se siente a menudo aburrido?  SÍ  NO
- 5- ¿Está de buen talante la mayor parte del tiempo?  SÍ  NO
- 6- ¿Tiene miedo de que le suceda algo malo?  SÍ  NO
- 7- ¿Se siente feliz la mayor parte del tiempo?  SÍ  NO
- 8- ¿Se siente a menudo sin esperanza?  SÍ  NO
- 9- ¿Prefiere quedarse en casa más que salir a hacer cosas nuevas?  SÍ  NO
- 10- ¿Piensa que tiene más problemas de memoria que la mayoría?  SÍ  NO
- 11- ¿Cree que es maravilloso estar vivo?  SÍ  NO
- 12- ¿Piensa que no vale para nada tal como está ahora?  SÍ  NO
- 13- ¿Piensa que su situación es desesperada?  SÍ  NO
- 14- ¿Se siente lleno de energía?  SÍ  NO
- 15- ¿Cree que la mayoría de la gente está mejor que usted?  SÍ  NO

### ESCALA DE AUTOESTIMA DE ROSEMBERG (P<sub>11</sub>)

Este test tiene por objeto evaluar el sentimiento de satisfacción que la persona tiene de si misma. Por favor, conteste las siguientes frases con la respuesta que considere más apropiada.

- A. Muy de acuerdo
- B. De acuerdo
- C. En desacuerdo
- D. Muy en desacuerdo

	A	B	C	D
1. Siento que soy una persona digna de aprecio, al menos en igual medida que los demás.		X		
2. Estoy convencido de que tengo cualidades buenas.		X		
3. Soy capaz de hacer las cosas tan bien como la mayoría de la gente.		X		
4. Tengo una actitud positiva hacia mi mismo/a.		X		
5. En general estoy satisfecho/a de mi mismo/a.		X		
X 6. Siento que no tengo mucho de lo que estar orgulloso/a.			X	
X 7. En general, me inclino a pensar que soy un fracasado/a.				X
8. Me gustaría poder sentir más respeto por mi mismo.			X	
X 9. Hay veces que realmente pienso que soy un inútil.		X		
X 10. A veces creo que no soy buena persona.				X



### ESCALA DE AUTOESTIMA DE ROSEMBERG (Pas)

Este test tiene por objeto evaluar el sentimiento de satisfacción que la persona tiene de si misma. Por favor, conteste las siguientes frases con la respuesta que considere más apropiada.

- A. Muy de acuerdo
- B. De acuerdo
- C. En desacuerdo
- D. Muy en desacuerdo

	A	B	C	D
1. Siento que soy una persona digna de aprecio, al menos en igual medida que los demás.		X		
2. Estoy convencido de que tengo cualidades buenas.	X			
3. Soy capaz de hacer las cosas tan bien como la mayoría de la gente.			X	
4. Tengo una actitud positiva hacia mi mismo/a.	X			
5. En general estoy satisfecho/a de mi mismo/a.		X		
6. Siento que no tengo mucho de lo que estar orgulloso/a.				X
7. En general, me inclino a pensar que soy un fracasado/a.				X
8. Me gustaría poder sentir más respeto por mi mismo.			X	
9. Hay veces que realmente pienso que soy un inútil.				X
10. A veces creo que no soy buena persona.				X

### Test Yesavage (Pxx)

- 1- ¿Está básicamente satisfecho con su vida?  SÍ  NO
- 2- ¿Ha dejado abandonadas muchas actividades e intereses?  SÍ  NO
- 3- ¿Siente que su vida está vacía?  SÍ  NO
- 4- ¿Se siente a menudo aburrido?  SÍ  NO
- 5- ¿Está de buen talante la mayor parte del tiempo?  SÍ  NO
- 6- ¿Tiene miedo de que le suceda algo malo?  SÍ  NO
- 7- ¿Se siente feliz la mayor parte del tiempo?  SÍ  NO
- 8- ¿Se siente a menudo sin esperanza?  SÍ  NO
- 9- ¿Prefiere quedarse en casa más que salir a hacer cosas nuevas?  SÍ  NO
- 10- ¿Piensa que tiene más problemas de memoria que la mayoría?  SÍ  NO
- 11- ¿Cree que es maravilloso estar vivo?  SÍ  NO
- 12- ¿Piensa que no vale para nada tal como está ahora?  SÍ  NO
- 13- ¿Piensa que su situación es desesperada?  SÍ  NO
- 14- ¿Se siente lleno de energía?  SÍ  NO
- 15- ¿Cree que la mayoría de la gente está mejor que usted?  SÍ  NO

## Test Yesavage (Paso)

- 1- ¿Está básicamente satisfecho con su vida?  SÍ  NO
- 2- ¿Ha dejado abandonadas muchas actividades e intereses?  SÍ  NO
- 3- ¿Siente que su vida está vacía?  SÍ  NO
- 4- ¿Se siente a menudo aburrido?  SÍ  NO
- 5- ¿Está de buen talante la mayor parte del tiempo?  SÍ  NO
- 6- ¿Tiene miedo de que le suceda algo malo?  SÍ  NO
- 7- ¿Se siente feliz la mayor parte del tiempo?  SÍ  NO
- 8- ¿Se siente a menudo sin esperanza?  SÍ  NO
- 9- ¿Prefiere quedarse en casa más que salir a hacer cosas nuevas?  SÍ  NO
- 10- ¿Piensa que tiene más problemas de memoria que la mayoría?  SÍ  NO
- 11- ¿Cree que es maravilloso estar vivo?  SÍ  NO
- 12- ¿Piensa que no vale para nada tal como está ahora?  SÍ  NO
- 13- ¿Piensa que su situación es desesperada?  SÍ  NO
- 14- ¿Se siente lleno de energía?  SÍ  NO
- 15- ¿Cree que la mayoría de la gente está mejor que usted?  SÍ  NO

(2)

**ESCALA DE AUTOESTIMA DE ROSEMBERG (Pre)**

Este test tiene por objeto evaluar el sentimiento de satisfacción que la persona tiene de si misma. Por favor, conteste las siguientes frases con la respuesta que considere más apropiada.

- A. Muy de acuerdo
- B. De acuerdo
- C. En desacuerdo
- D. Muy en desacuerdo

	A	B	C	D
1. Siento que soy una persona digna de aprecio, al menos en igual medida que los demás.	X			
2. Estoy convencido de que tengo cualidades buenas.	X			
3. Soy capaz de hacer las cosas tan bien como la mayoría de la gente.			X	
4. Tengo una actitud positiva hacia mí mismo/a.		X		
5. En general estoy satisfecho/a de mí mismo/a.	X			
X 6. Siento que no tengo mucho de lo que estar orgulloso/a.			X	
X 7. En general, me inclino a pensar que soy un fracasado/a.				X
8. Me gustaría poder sentir más respeto por mí mismo.			X	
9. Hay veces que realmente pienso que soy un inútil.		X		
X 10. A veces creo que no soy buena persona.				X

(2)

### ESCALA DE AUTOESTIMA DE ROSEMBERG (Post)

- Este test tiene por objeto evaluar el sentimiento de satisfacción que la persona tiene de sí misma. Por favor, conteste las siguientes frases con la respuesta que considere más apropiada.

- A. Muy de acuerdo  
 B. De acuerdo  
 C. En desacuerdo  
 D. Muy en desacuerdo

	A	B	C	D
1. Siento que soy una persona digna de aprecio, al menos en igual medida que los demás.	X			
2. Estoy convencido de que tengo cualidades buenas.	X			
3. Soy capaz de hacer las cosas tan bien como la mayoría de la gente.		X		
4. Tengo una actitud positiva hacia mí mismo/a.		X		
5. En general estoy satisfecho/a de mí mismo/a.		X		
6. Siento que no tengo mucho de lo que estar orgulloso/a.				X
7. En general, me inclino a pensar que soy un fracasado/a.				X
8. Me gustaría poder sentir más respeto por mí mismo.			X	
9. Hay veces que realmente pienso que soy un inútil.		X		
10. A veces creo que no soy buena persona.				X

## Test Yesavage (Pre)

- 1- ¿Está básicamente satisfecho con su vida?  SÍ  NO
- 2- ¿Ha dejado abandonadas muchas actividades e intereses?  SÍ  NO
- 3- ¿Siente que su vida está vacía?  SÍ  NO
- 4- ¿Se siente a menudo aburrido?  SÍ  NO
- 5- ¿Está de buen talante la mayor parte del tiempo?  SÍ  NO
- 6- ¿Tiene miedo de que le suceda algo malo?  SÍ  NO
- 7- ¿Se siente feliz la mayor parte del tiempo?  SÍ  NO
- 8- ¿Se siente a menudo sin esperanza?  SÍ  NO
- 9- ¿Prefiere quedarse en casa más que salir a hacer cosas nuevas?  SÍ  NO
- 10- ¿Piensa que tiene más problemas de memoria que la mayoría?  SÍ  NO
- 11- ¿Cree que es maravilloso estar vivo?  SÍ  NO
- 12- ¿Piensa que no vale para nada tal como está ahora?  SÍ  NO
- 13- ¿Piensa que su situación es desesperada?  SÍ  NO
- 14- ¿Se siente lleno de energía?  SÍ  NO
- 15- ¿Cree que la mayoría de la gente está mejor que usted?  SÍ  NO

## Test Yesavage (Post)

- 1- ¿Está básicamente satisfecho con su vida?  SÍ  NO
- 2- ¿Ha dejado abandonadas muchas actividades e intereses?  SÍ  NO
- 3- ¿Siente que su vida está vacía?  SÍ  NO
- 4- ¿Se siente a menudo aburrido?  SÍ  NO
- 5- ¿Está de buen talante la mayor parte del tiempo?  SÍ  NO
- 6- ¿Tiene miedo de que le suceda algo malo?  SÍ  NO
- 7- ¿Se siente feliz la mayor parte del tiempo?  SÍ  NO
- 8- ¿Se siente a menudo sin esperanza?  SÍ  NO
- 9- ¿Prefiere quedarse en casa más que salir a hacer cosas nuevas?  SÍ  NO
- 10- ¿Piensa que tiene más problemas de memoria que la mayoría?  SÍ  NO
- 11- ¿Cree que es maravilloso estar vivo?  SÍ  NO
- 12- ¿Piensa que no vale para nada tal como está ahora?  SÍ  NO
- 13- ¿Piensa que su situación es desesperada?  SÍ  NO
- 14- ¿Se siente lleno de energía?  SÍ  NO
- 15- ¿Cree que la mayoría de la gente está mejor que usted?  SÍ  NO

### ESCALA DE AUTOESTIMA DE ROSEMBERG (Poco)

Este test tiene por objeto evaluar el sentimiento de satisfacción que la persona tiene de si misma. Por favor, conteste las siguientes frases con la respuesta que considere más apropiada.

- A. Muy de acuerdo
- B. De acuerdo
- C. En desacuerdo
- D. Muy en desacuerdo

	A	B	C	D
1. Siento que soy una persona digna de aprecio, al menos en igual medida que los demás.		X		
2. Estoy convencido de que tengo cualidades buenas.		X		
3. Soy capaz de hacer las cosas tan bien como la mayoría de la gente.		X		
4. Tengo una actitud positiva hacia mi mismo/a.		X		
5. En general estoy satisfecho/a de mi mismo/a.		X		
6. Siento que no tengo mucho de lo que estar orgulloso/a.			X	
7. En general, me inclino a pensar que soy un fracasado/a.			X	
8. Me gustaría poder sentir más respeto por mi mismo.			X	
9. Hay veces que realmente pienso que soy un inútil.			X	
10. A veces creo que no soy buena persona.			X	

### ESCALA DE AUTOESTIMA DE ROSEMBERG (Pasb)

Este test tiene por objeto evaluar el sentimiento de satisfacción que la persona tiene de sí misma. Por favor, conteste las siguientes frases con la respuesta que considere más apropiada.

- A. Muy de acuerdo
- B. De acuerdo
- C. En desacuerdo
- D. Muy en desacuerdo

	A	B	C	D
1. Siento que soy una persona digna de aprecio, al menos en igual medida que los demás.		X		
2. Estoy convencido de que tengo cualidades buenas.		X		
3. Soy capaz de hacer las cosas tan bien como la mayoría de la gente.		X		
4. Tengo una actitud positiva hacia mi mismo/a.		X		
5. En general estoy satisfecho/a de mi mismo/a.			X	
6. Siento que no tengo mucho de lo que estar orgulloso/a.				X
7. En general, me inclino a pensar que soy un fracasado/a.				X
8. Me gustaría poder sentir más respeto por mi mismo.			X	
9. Hay veces que realmente pienso que soy un inútil.				X
10. A veces creo que no soy buena persona.				X

## Test Yesavage (Pre)

- 1- ¿Está básicamente satisfecho con su vida?  SÍ  NO
- 2- ¿Ha dejado abandonadas muchas actividades e intereses?  SÍ  NO
- 3- ¿Siente que su vida está vacía?  SÍ  NO
- 4- ¿Se siente a menudo aburrido?  SÍ  NO
- 5- ¿Está de buen talante la mayor parte del tiempo?  SÍ  NO
- 6- ¿Tiene miedo de que le suceda algo malo?  SÍ  NO
- 7- ¿Se siente feliz la mayor parte del tiempo?  SÍ  NO
- 8- ¿Se siente a menudo sin esperanza?  SÍ  NO
- 9- ¿Prefiere quedarse en casa más que salir a hacer cosas nuevas?  SÍ  NO
- 10- ¿Piensa que tiene más problemas de memoria que la mayoría?  SÍ  NO
- 11- ¿Cree que es maravilloso estar vivo?  SÍ  NO
- 12- ¿Piensa que no vale para nada tal como está ahora?  SÍ  NO
- 13- ¿Piensa que su situación es desesperada?  SÍ  NO
- 14- ¿Se siente lleno de energía?  SÍ  NO
- 15- ¿Cree que la mayoría de la gente está mejor que usted?  SÍ  NO

## Test Yesavage (Post)

- 1- ¿Está básicamente satisfecho con su vida?  SÍ  NO
- 2- ¿Ha dejado abandonadas muchas actividades e intereses?  SÍ  NO
- 3- ¿Siente que su vida está vacía?  SÍ  NO
- 4- ¿Se siente a menudo aburrido?  SÍ  NO
- 5- ¿Está de buen talante la mayor parte del tiempo?  SÍ  NO
- 6- ¿Tiene miedo de que le suceda algo malo?  SÍ  NO
- 7- ¿Se siente feliz la mayor parte del tiempo?  SÍ  NO
- 8- ¿Se siente a menudo sin esperanza?  SÍ  NO
- 9- ¿Prefiere quedarse en casa más que salir a hacer cosas nuevas?  SÍ  NO
- 10- ¿Piensa que tiene más problemas de memoria que la mayoría?  SÍ  NO
- 11- ¿Cree que es maravilloso estar vivo?  SÍ  NO
- 12- ¿Piensa que no vale para nada tal como está ahora?  SÍ  NO
- 13- ¿Piensa que su situación es desesperada?  SÍ  NO
- 14- ¿Se siente lleno de energía?  SÍ  NO
- 15- ¿Cree que la mayoría de la gente está mejor que usted?  SÍ  NO

### ESCALA DE AUTOESTIMA DE ROSEMBERG (Pxa)

Este test tiene por objeto evaluar el sentimiento de satisfacción que la persona tiene de si misma. Por favor, conteste las siguientes frases con la respuesta que considere más apropiada.

- A. Muy de acuerdo
- B. De acuerdo
- C. En desacuerdo
- D. Muy en desacuerdo

	A	B	C	D
1. Siento que soy una persona digna de aprecio, al menos en igual medida que los demás.	X			
2. Estoy convencido de que tengo cualidades buenas.	X			
3. Soy capaz de hacer las cosas tan bien como la mayoría de la gente.	X			
4. Tengo una actitud positiva hacia mi mismo/a.	X			
5. En general estoy satisfecho/a de mi mismo/a.	X			
6. Siento que no tengo mucho de lo que estar orgulloso/a.			X	
7. En general, me inclino a pensar que soy un fracasado/a.				X
8. Me gustaría poder sentir más respeto por mi mismo.		X		
9. Hay veces que realmente pienso que soy un inútil.				X
10. A veces creo que no soy buena persona.				X

(4)

### ESCALA DE AUTOESTIMA DE ROSEMBERG (Post)

Este test tiene por objeto evaluar el sentimiento de satisfacción que la persona tiene de si misma. Por favor, conteste las siguientes frases con la respuesta que considere más apropiada.

- A. Muy de acuerdo
- B. De acuerdo
- C. En desacuerdo
- D. Muy en desacuerdo

	A	B	C	D
1. Siento que soy una persona digna de aprecio, al menos en igual medida que los demás.	X			
2. Estoy convencido de que tengo cualidades buenas.	X			
3. Soy capaz de hacer las cosas tan bien como la mayoría de la gente.	X			
4. Tengo una actitud positiva hacia mi mismo/a.	X			
5. En general estoy satisfecho/a de mi mismo/a.	X			
6. Siento que no tengo mucho de lo que estar orgulloso/a.				X
X 7. En general, me inclino a pensar que soy un fracasado/a.				X
8. Me gustaría poder sentir más respeto por mi mismo.			X	
X 9. Hay veces que realmente pienso que soy un inútil.				X
X 10. A veces creo que no soy buena persona.				X

## Test Yesavage (Pxx)

- 1- ¿Está básicamente satisfecho con su vida?  SÍ  NO
- 2- ¿Ha dejado abandonadas muchas actividades e intereses?  SÍ  NO
- 3- ¿Siente que su vida está vacía?  SÍ  NO
- 4- ¿Se siente a menudo aburrido?  SÍ  NO
- 5- ¿Está de buen talante la mayor parte del tiempo?  SÍ  NO
- 6- ¿Tiene miedo de que le suceda algo malo?  SÍ  NO
- 7- ¿Se siente feliz la mayor parte del tiempo?  SÍ  NO
- 8- ¿Se siente a menudo sin esperanza?  SÍ  NO
- 9- ¿Prefiere quedarse en casa más que salir a hacer cosas nuevas?  SÍ  NO
- 10- ¿Piensa que tiene más problemas de memoria que la mayoría?  SÍ  NO
- 11- ¿Cree que es maravilloso estar vivo?  SÍ  NO
- 12- ¿Piensa que no vale para nada tal como está ahora?  SÍ  NO
- 13- ¿Piensa que su situación es desesperada?  SÍ  NO
- 14- ¿Se siente lleno de energía?  SÍ  NO
- 15- ¿Cree que la mayoría de la gente está mejor que usted?  SÍ  NO

## Test Yesavage (Post)

- 1- ¿Está básicamente satisfecho con su vida?  SÍ  NO
- 2- ¿Ha dejado abandonadas muchas actividades e intereses?  SÍ  NO
- 3- ¿Siente que su vida está vacía?  SÍ  NO
- 4- ¿Se siente a menudo aburrido?  SÍ  NO
- 5- ¿Está de buen talante la mayor parte del tiempo?  SÍ  NO
- 6- ¿Tiene miedo de que le suceda algo malo?  SÍ  NO
- 7- ¿Se siente feliz la mayor parte del tiempo?  SÍ  NO
- 8- ¿Se siente a menudo sin esperanza?  SÍ  NO
- 9- ¿Prefiere quedarse en casa más que salir a hacer cosas nuevas?  SÍ  NO
- 10- ¿Piensa que tiene más problemas de memoria que la mayoría?  SÍ  NO
- 11- ¿Cree que es maravilloso estar vivo?  SÍ  NO
- 12- ¿Piensa que no vale para nada tal como está ahora?  SÍ  NO
- 13- ¿Piensa que su situación es desesperada?  SÍ  NO
- 14- ¿Se siente lleno de energía?  SÍ  NO
- 15- ¿Cree que la mayoría de la gente está mejor que usted?  SÍ  NO

⑤

### ESCALA DE AUTOESTIMA DE ROSEMBERG (P<sub>30</sub>)

Este test tiene por objeto evaluar el sentimiento de satisfacción que la persona tiene de si misma. Por favor, conteste las siguientes frases con la respuesta que considere más apropiada.

- A. Muy de acuerdo
- B. De acuerdo
- C. En desacuerdo
- D. Muy en desacuerdo

	A	B	C	D
1. Siento que soy una persona digna de aprecio, al menos en igual medida que los demás.	X			
2. Estoy convencido de que tengo cualidades buenas.		X		
3. Soy capaz de hacer las cosas tan bien como la mayoría de la gente.		X		
4. Tengo una actitud positiva hacia mi mismo/a.		X		
5. En general estoy satisfecho/a de mi mismo/a.		X		
X 6. Siento que no tengo mucho de lo que estar orgulloso/a.				X
X 7. En general, me inclino a pensar que soy un fracasado/a.				X
X 8. Me gustaría poder sentir más respeto por mi mismo.			X	
X 9. Hay veces que realmente pienso que soy un inútil.			X	
X 10. A veces creo que no soy buena persona.				X

⑤

### ESCALA DE AUTOESTIMA DE ROSEMBERG (Rost)

Este test tiene por objeto evaluar el sentimiento de satisfacción que la persona tiene de sí misma. Por favor, conteste las siguientes frases con la respuesta que considere más apropiada.

- A. Muy de acuerdo
- B. De acuerdo
- C. En desacuerdo
- D. Muy en desacuerdo

	A	B	C	D
1. Siento que soy una persona digna de aprecio, al menos en igual medida que los demás.		X		
2. Estoy convencido de que tengo cualidades buenas.		X		
3. Soy capaz de hacer las cosas tan bien como la mayoría de la gente.		X		
4. Tengo una actitud positiva hacia mi mismo/a.		X		
5. En general estoy satisfecho/a de mi mismo/a.	X			
X 6. Siento que no tengo mucho de lo que estar orgulloso/a.				X
X 7. En general, me inclino a pensar que soy un fracasado/a.				X
8. Me gustaría poder sentir más respeto por mi mismo.			X	
9. Hay veces que realmente pienso que soy un inútil.				X
X 10. A veces creo que no soy buena persona.				X

## Test Yesavage (Pxx)

- 1- ¿Está básicamente satisfecho con su vida? SÍ  NO
- 2- ¿Ha dejado abandonadas muchas actividades e intereses? SÍ  NO
- 3- ¿Siente que su vida está vacía? SÍ  NO
- 4- ¿Se siente a menudo aburrido? SÍ  NO
- 5- ¿Está de buen talante la mayor parte del tiempo? SÍ  NO
- 6- ¿Tiene miedo de que le suceda algo malo? SÍ  NO
- 7- ¿Se siente feliz la mayor parte del tiempo? SÍ  NO
- 8- ¿Se siente a menudo sin esperanza? SÍ  NO
- 9- ¿Prefiere quedarse en casa más que salir a hacer cosas nuevas? SÍ  NO
- 10- ¿Piensa que tiene más problemas de memoria que la mayoría? SÍ  NO
- 11- ¿Cree que es maravilloso estar vivo? SÍ  NO
- 12- ¿Piensa que no vale para nada tal como está ahora? SÍ  NO
- 13- ¿Piensa que su situación es desesperada? SÍ  NO
- 14- ¿Se siente lleno de energía? SÍ  NO
- 15- ¿Cree que la mayoría de la gente está mejor que usted? SÍ  NO

## Test Yesavage (Post)

- 1- ¿Está básicamente satisfecho con su vida? SÍ  NO
- 2- ¿Ha dejado abandonadas muchas actividades e intereses?  SÍ  NO
- 3- ¿Siente que su vida está vacía?  SÍ  NO
- 4- ¿Se siente a menudo aburrido?  SÍ  NO
- 5- ¿Está de buen talante la mayor parte del tiempo?  SÍ  NO
- 6- ¿Tiene miedo de que le suceda algo malo?  SÍ  NO
- 7- ¿Se siente feliz la mayor parte del tiempo?  SÍ  NO
- 8- ¿Se siente a menudo sin esperanza?  SÍ  NO
- 9- ¿Prefiere quedarse en casa más que salir a hacer cosas nuevas?  SÍ  NO
- 10- ¿Piensa que tiene más problemas de memoria que la mayoría?  SÍ  NO
- 11- ¿Cree que es maravilloso estar vivo?  SÍ  NO
- 12- ¿Piensa que no vale para nada tal como está ahora?  SÍ  NO
- 13- ¿Piensa que su situación es desesperada?  SÍ  NO
- 14- ¿Se siente lleno de energía?  SÍ  NO
- 15- ¿Cree que la mayoría de la gente está mejor que usted?  SÍ  NO

(6)

### ESCALA DE AUTOESTIMA DE ROSEMBERG (Pxx)

Este test tiene por objeto evaluar el sentimiento de satisfacción que la persona tiene de si misma. Por favor, conteste las siguientes frases con la respuesta que considere más apropiada.

- A. Muy de acuerdo
- B. De acuerdo
- C. En desacuerdo
- D. Muy en desacuerdo

	A	B	C	D
1. Siento que soy una persona digna de aprecio, al menos en igual medida que los demás.		X		
2. Estoy convencido de que tengo cualidades buenas.	X			
3. Soy capaz de hacer las cosas tan bien como la mayoría de la gente.		X		
4. Tengo una actitud positiva hacia mi mismo/a.		X		
5. En general estoy satisfecho/a de mi mismo/a.			X	
6. Siento que no tengo mucho de lo que estar orgulloso/a.			X	
7. En general, me inclino a pensar que soy un fracasado/a.			X	
8. Me gustaría poder sentir más respeto por mi mismo.			X	
9. Hay veces que realmente pienso que soy un inútil.				X
10. A veces creo que no soy buena persona.			X	

6

### ESCALA DE AUTOESTIMA DE ROSEMBERG (Post)

Este test tiene por objeto evaluar el sentimiento de satisfacción que la persona tiene de sí misma. Por favor, conteste las siguientes frases con la respuesta que considere más apropiada.

- A. Muy de acuerdo
- B. De acuerdo
- C. En desacuerdo
- D. Muy en desacuerdo

	A	B	C	D
1. Siento que soy una persona digna de aprecio, al menos en igual medida que los demás.		X		
2. Estoy convencido de que tengo cualidades buenas.		X	X	
3. Soy capaz de hacer las cosas tan bien como la mayoría de la gente.		X		
4. Tengo una actitud positiva hacia mí mismo/a.		X		
5. En general estoy satisfecho/a de mí mismo/a.			X	
6. Siento que no tengo mucho de lo que estar orgulloso/a.			X	
7. En general, me inclino a pensar que soy un fracasado/a.			X	
8. Me gustaría poder sentir más respeto por mí mismo.			X	
9. Hay veces que realmente pienso que soy un inútil.	X			X
10. A veces creo que no soy buena persona.				X

## Test Yesavage (Pxx)

- 1- ¿Está básicamente satisfecho con su vida?  SÍ  NO
- 2- ¿Ha dejado abandonadas muchas actividades e intereses?  SÍ  NO
- 3- ¿Siente que su vida está vacía?  SÍ  NO
- 4- ¿Se siente a menudo aburrido?  SÍ  NO
- 5- ¿Está de buen talante la mayor parte del tiempo?  SÍ  NO
- 6- ¿Tiene miedo de que le suceda algo malo?  SÍ  NO
- 7- ¿Se siente feliz la mayor parte del tiempo?  SÍ  NO
- 8- ¿Se siente a menudo sin esperanza?  SÍ  NO
- 9- ¿Prefiere quedarse en casa más que salir a hacer cosas nuevas?  SÍ  NO
- 10- ¿Piensa que tiene más problemas de memoria que la mayoría?  SÍ  NO
- 11- ¿Cree que es maravilloso estar vivo?  SÍ  NO
- 12- ¿Piensa que no vale para nada tal como está ahora?  SÍ  NO
- 13- ¿Piensa que su situación es desesperada?  SÍ  NO
- 14- ¿Se siente lleno de energía?  SÍ  NO
- 15- ¿Cree que la mayoría de la gente está mejor que usted?  SÍ  NO

## Test Yesavage (Post)

- 1- ¿Está básicamente satisfecho con su vida?  SÍ  NO
- 2- ¿Ha dejado abandonadas muchas actividades e intereses?  SÍ  NO
- 3- ¿Siente que su vida está vacía?  SÍ  NO
- 4- ¿Se siente a menudo aburrido?  SÍ  NO
- 5- ¿Está de buen talante la mayor parte del tiempo?  SÍ  NO
- 6- ¿Tiene miedo de que le suceda algo malo?  SÍ  NO
- 7- ¿Se siente feliz la mayor parte del tiempo?  SÍ  NO
- 8- ¿Se siente a menudo sin esperanza?  SÍ  NO
- 9- ¿Prefiere quedarse en casa más que salir a hacer cosas nuevas?  SÍ  NO
- 10- ¿Piensa que tiene más problemas de memoria que la mayoría?  SÍ  NO
- 11- ¿Cree que es maravilloso estar vivo?  SÍ  NO
- 12- ¿Piensa que no vale para nada tal como está ahora?  SÍ  NO
- 13- ¿Piensa que su situación es desesperada?  SÍ  NO
- 14- ¿Se siente lleno de energía?  SÍ  NO
- 15- ¿Cree que la mayoría de la gente está mejor que usted?  SÍ  NO



### ESCALA DE AUTOESTIMA DE ROSEMBERG (Pre)

Este test tiene por objeto evaluar el sentimiento de satisfacción que la persona tiene de si misma. Por favor, conteste las siguientes frases con la respuesta que considere más apropiada.

- A. Muy de acuerdo
- B. De acuerdo
- C. En desacuerdo
- D. Muy en desacuerdo

	A	B	C	D
1. Siento que soy una persona digna de aprecio, al menos en igual medida que los demás.		X		
2. Estoy convencido de que tengo cualidades buenas.		X		
3. Soy capaz de hacer las cosas tan bien como la mayoría de la gente.		X		
4. Tengo una actitud positiva hacia mi mismo/a.		X		
5. En general estoy satisfecho/a de mi mismo/a.		X		
X 6. Siento que no tengo mucho de lo que estar orgulloso/a.				X
X 7. En general, me inclino a pensar que soy un fracasado/a.				X
8. Me gustaría poder sentir más respeto por mi mismo.			X	
9. Hay veces que realmente pienso que soy un inútil.				X
X 10. A veces creo que no soy buena persona.				X

ESCALA DE AUTOESTIMA DE ROSEMBERG (Post)

Este test tiene por objeto evaluar el sentimiento de satisfacción que la persona tiene de sí misma. Por favor, conteste las siguientes frases con la respuesta que considere más apropiada.

- A. Muy de acuerdo
- B. De acuerdo
- C. En desacuerdo
- D. Muy en desacuerdo

	A	B	C	D
1. Siento que soy una persona digna de aprecio, al menos en igual medida que los demás.		X		
2. Estoy convencido de que tengo cualidades buenas.	X			
3. Soy capaz de hacer las cosas tan bien como la mayoría de la gente.		X		
4. Tengo una actitud positiva hacia mí mismo/a.		X		
5. En general estoy satisfecho/a de mí mismo/a.		X		
X 6. Siento que no tengo mucho de lo que estar orgulloso/a.				X
X 7. En general, me inclino a pensar que soy un fracasado/a.				X
8. Me gustaría poder sentir más respeto por mí mismo.			X	
X 9. Hay veces que realmente pienso que soy un inútil.			X	
X 10. A veces creo que no soy buena persona.				X